姉ageha

お姉さんアゲハ

5月号
偶数月7日発売
2015年4月7日発売

グアム旅行、MIUMIU＆バレンシアガのバッグ、クロエ＆トリーバーチの財布が当たる!!

特別付録1 お姉さんに一番の大人気ブランド!!
rienda シフォンフラワー付き トートバッグ♡

I'm crazy for you

ギャルでもない！おばさんでもない！アラサーのお姉さん世代のためのビューティ雑誌です❤

さいたまスーパーアリーナLiveに5組10名ご招待!! HYDE from VAMPS スペシャルインタビュー

行きたい女子旅No.1!! 台湾❤撫子

4月だって油断は禁物!! 紫外線対策本部❤

基礎からおさらい!! アラサーの旬なヘアはコレ!! 色っぽかわいい"ゆるふわ巻き"Lesson❤

見えないところも抜かりなく❤
バッグの中身と春の私服SNAP

新年度、お部屋も心機一転❤ イケア、ZARA HOME…人気ショップの新作CHECK!! お姉さんのお部屋カタログ♡

メイクだって衣替え!! お姉さん20人のリアルメイク一挙公開♡
Fashion×Makeの方程式

特別付録2 さやか、りな、かなえが着る!! Delyle NOIR春夏スタイルBOOK❤ JEWELS BOX

JEWEL BOX

私たちが今欲しいのは、
頭のてっぺんからつま先まで!!
派手なだけじゃない"隙のある"色っぽさ♡

公衆電話でポケベル打ってたのは昔の話 今知りたいのは盛れるカメラアプリ!! お姉さん世代のケータイ白書❤

人類は横顔から老けていく!! 5歳差がつく横顔美容❤

ベーシックなアイテム＆色も少しのテクでおしゃれに変身!! デイリーStyleアップデート術!!

アイテムが揃いました

Ra
ve

ザインに中毒性があると話題の
くさん出揃いました。お揃いで着
緒にチェックしてみてください♥

HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto

お笑い芸人（40歳／東京都）
既婚・子供なし
じゅんいちダビットソンさん

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

2人一緒なら倍盛れる♥　彼とお揃いで着るローズ柄ワンピ✧

ローズガーデンペアワンピース¥6,900、ハット¥4,900、ビッグビジューバッグ¥14,800／すべてDaTuRa渋谷109店

DaTuRaからメンズ用アイテムが遂に発売されました!!

ローズガーデンメンズT¥5,500／DaTuRa渋谷109店　その他／モデル私物

ダチュラにしかないハデめな美人

DaTu LO

ビビッドな発色や、目を引くハデめなデ
DaTuRa♥ 今季も気になるアイテムがた
られるメンズTも発売されるので、彼と一

PHOTO_Junji Moroi（ROOSTER） **STYLING**_Mizuki Nakano
EDIT&TEXT_Marika Koizumi **THANKS**_EASE

リゾート地の強い日差しに負けないDaTuRaピンク♥

ベアマキシワンピース￥9,800、キャリーバッグ￥18,000／ともにDaTuRa渋谷109店

http://www.datura-web.jp/

鮮やかなフェロモンを見せつけるローズ柄のオフショルワンピ

グラマラスローズオフショルワンピース￥7,500、ランダムビジューパールネックレス￥4,500／ともにDaTuRa渋谷109店

DaTuRa フェチ♥

ダチュラの新作コレクターが増えてる!!

専属モデル 杉山佳那恵（29歳／東京都）独身・子供なし

後ろ姿もかわいいワンピは小物も揃えて双子コーデで着てみて♥

ローズバックリボンワンピース各¥6,900、ハット各¥4,900／すべてDaTuRa渋谷109店

上はゆるっと下はピタピタフェミニンの黄金バランス

ショートダーリンパーカー¥7,900、ラグジュアリーベアトップ¥4,200、ブリリアントローズスカート¥5,500／すべてDaTuRa渋谷109店

女らしさをかきたてる花柄ワンピはリゾート先でもマストな1着✧

ドリームローズフリルワンピース¥7,900、ビジューキャンバスバッグ¥6,900／ともにDaTuRa渋谷109店

ほんのり揺らめくローズ柄でさりげない女らしさをプラス

グラデーションローズフレアワンピース各¥6,900／ともにDaTuRa渋谷109店

サイドに施されたプリントでボディラインをスッキリ

サイドローズオフショルワンピース¥7,900、ビッグビジューベルト¥5,500、ヘアクリップ¥1,900／すべてDaTuRa渋谷109店

お姉さん世代に必要なあれこれを独自の視点で発掘!!

アラサー女子のたしなみ♥

［第5回］ ブラウンシュガーファースト
有機エキストラバージンココナッツオイル

美容やダイエット業界で大注目のココナッツオイル😊 キレイになるために摂り入れているお姉さんも多いのでは？ 先月号でも「食べて良し、塗って良し！」の万能な美容アイテムとして紹介済みだけど、その魅力にとことん迫ります！

EDIT&TEXT_Kumi Matsuno

専属モデル
（31歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

ボディケアやヘアケアに
使って全身しっとり✧。

家族の健康を考えて料理に使ってるけど、友達にオススメされて保湿として使うことが増えたよ♪ お風呂上がりに体が濡れた状態でヒジやヒザになじませ、傷みが気になる毛先にも塗ってる★

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー
（35歳／東京都）
既婚・子供なし
水野祐香さん

ミルクティーに入れたり
パンに塗って食べてるよ♪

私は朝食のメニューにプラス♥ 最近は、デニッシュにココナッツオイルを塗ってハチミツをかけるのにハマってるんだ😊 朝食べるとお腹がスッキリして、その日の行動が絶好調♪

キレイになりたいお姉さんはココナッツオイルにこの春、ときめいてる♥

選ぶなら無添加・無精製のバージンココナッツオイル♥

今年の流行大賞
早くも決定か!?

BROWN SUGAR 1ST.
Organic Extra Virgin
Coconut Oil
100% PURE
500ml

ダイエットやアンチエイジング界で大注目のココナッツオイル、改めてそのスゴさを調べてみたよ✧。

大ブームのココナッツオイル 見逃さずにはいられない♥

ココナッツオイルがこんなにも注目されているのは、他の植物性オイルにに比べ、脂肪を燃焼させてエネルギーに変える中鎖脂肪酸が豊富だから♪ 残ったオイルも体内に蓄積されずにほとんどが排出される♥ しかも今まで蓄積していた脂肪まで燃焼してくれるらしい！ 加熱調理すればココナッツの香りがとぶのでバターやオリーブオイル代わりに使える上に、バターよりあっさりするので作る料理を選ばないのも人気の理由✧ ココナッツ料理がニガテなお姉さんも、一度試してみる価値アリ😊

さらにココナッツオイル愛用者の中には、市販のオイルコスメと同じように使うお姉さんも多いよ。「軽いつけ心地のわりに保湿力があるので、乾燥がひどいときに顔や体にオン」（早川沙世）。また、「乳液に少し混ぜればメイク持ちもアップして乾燥知らず」（MERIさん）という意見も♪

アラサー世代にとって、すぐにでも始めたいココナッツオイルだけど、注意すべきは化学物質や添加物を一切含んでいない生しぼりの〝バージン〟ココナッツオイルを選ぶこと！ 精製されたココナッツオイルは添加物が多く、コレステロール値を上げてしまう可能性が💧 これではせっかくココナッツオイルを摂り入れても体に負担がかかってしまうよ💧 家族の健康のためにも添加物がないものを生活に摂り入れてみて♥

コラボアイテム 第一弾 4/7(Tue.) 発売Start!!

セットアップで着れば簡単にオーラが手に入る♡

さやかのイチ押しカラーはホワイト！ ツイードジャケット¥16,000、ツイードスカート¥7,500、フープピアス¥3,500、クラッチバッグ（チェーン付き）¥7,900／すべてDURAS

着るだけで誰もが振り返るイイ女になる！

荒木さやか×DURASのコラボアイテム発売♡

さやかと人気ブランドのDURASが夢のコラボ！ 品のあるレディなアイテムに、さやからしいゴージャスさをプラスした、大人の魅力が詰まったアイテムが完成したよ♪ さらに、春の新作コーデや最新ニュースも見逃せない！

PHOTO_Kosuke Nakashima(PEACE MONKEY) **STYLING**_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY) **HAIR&MAKE**_Jungen Iwamoto
MODEL_Sayaka Araki,Kanae Sugiyama **EDIT&TEXT**_Setsuko Chigira

SAYAKA ARAKI × DURAS COLLABORATION ITEM

1 ツイードジャケット&ツイードスカート

セットでも単品でも使えて着回し力バツグン！ ホワイト、ピンク、ブラックの３色展開だよ♡

パールやビジュー付きで華やか。ツイードジャケット各¥16,000／すべて DURAS

プリーツミニでかわいらしさをプラス。ツイードスカート各¥7,500／すべて DURAS

カジュアルなボーダーもツイードジャケットで品良く♡

ノーカラーだからデコルテがすっきりキレイに見える。ツイードジャケット着回し　ノースリーブニットトップス¥5,500、スカート¥5,900、サングラス¥2,500、パールピアス¥1,500、チェーンバッグ¥4,900／すべてDURAS

シンプルなパンツスタイルをジャケットで大人レディに格上げ

最小限のアクセでもサマになる！ ツイードジャケット着回し　シフォンプリーツタンクトップ¥6,500、デニムパンツ¥8,900、シェルパールピアス¥1,500、ネックレス¥1,500、クラッチバッグ¥4,500／すべてDURAS

クールなモノトーンコーデはツイードやレースで色気をキープ

無地アイテムは立体感のあるデザインでメリハリ。ツイードスカート着回し　レーススリーブトップス¥5,900、ストローハット¥8,900、ブレスレット¥2,900、配色バッグ¥6,500、パンプス¥10,800／すべて DURAS

コラボアイテム第二弾
4/17(Fri.) 発売Start!!

とことん目立ちたいなら
コンビで使うのがオススメ♡

リゾートやビーチで着たい! レースロングガウン¥8,500、ガウチョオールインワン¥13,800、つば広ハット¥4,900、パールデザインピアス¥1,500、コルクウェッジサンダル¥11,800/すべてDURAS

ITEM SAYAKA ARAKI × DURAS COLLABORATION

2 ガウチョオールインワン

流行のガウチョ。胸元のビジューと切り替えで理想のボディラインが手に入る!!

ブルー、ピンク、パープル、ベージュ、ホワイトとカラバリ豊富。ガウチョオールインワン各¥13,800/すべてDURAS

ITEM SAYAKA ARAKI × DURAS COLLABORATION

3 レースガウン

羽織るだけでフェミニンな春の装いになるレースガウン。歩くたびにふわっと揺れる♡

どんなコーデにも合わせやすいホワイト、イエロー、ベージュ。レースガウン各¥8,500/すべてDURAS

素肌よりも色っぽい透け感で大人の肌見せを楽しむ

シンプルなデザインだから柄アイテムとも相性◎。縦ラインが強調されてスタイル良く見える。レースガウン着回し　ボーダーニットベアワンピース¥6,900、ビジューネックレス（参考商品）／ともにDURAS

インパクトのあるロング丈ならコーデが即アップデート

レースガウン着回し　プリーツキャミソール¥5,900、デニムパンツ¥8,900、サングラス¥2,500、フープピアス¥1,500、スエードフリンジクラッチバッグ¥5,500、パンプス¥10,800／すべてDURAS

楽ちんなのにゴージャスなこんなアイテムが欲しかった！

鮮やかなターコイズブルーと胸元のビジューのおかげで、ノーアクセでも華やかさはピカイチ。大人の余裕を感じる1枚。ガウチョオールインワン着回し　クラッチバッグ¥7,900／DURAS

「春のイイ女」コーデ

肌見せ＆春素材の２キーワードで、色気のある春コーデを提案！

かなえは肌見せでイイ女！

ただ露出するだけはNG!! フェロモン女子代表のかなえが、計算された肌見せテクを伝授☆

KANAE STYLE

Coordinate-01
★デコルテ見せ

デコルテ見せで抜けを作れば上半身の華奢さがアップ

タイトワンピは流行のパステルカラーで今っぽく。ブロックニットワンピース¥8,500、サングラス¥2,500、クラッチバッグ¥7,900、エナメルウェッジサンダル¥11,800／すべてDURAS

Coordinate-02
★肩見せ

ふわっとしたレースワンピは大胆な肩出しでメリハリを！

肌見せが多めのときはヴィヴィッドなカラーで引き締めるのもポイント。レースベアワンピース¥9,800、白つば広ハット¥4,900／ともにDURAS

Coordinate-03
★脚見せ

一見、清楚に思わせて実は脚見せ♡

Gジャン¥11,500、Tシャツ(参考商品)、シフォンレーススカート¥7,500、フープピアス¥1,500、スエードフリンジクラッチバッグ¥5,500、ボーダーウェッジサンダル¥11,800／すべてDURAS

DURASの新作で作る

お姉さんたちの合い言葉「イイ女」はDURASが叶えてくれる♡

さやかは春素材でイイ女!

媚びない色気が魅力のさやか♡ 春素材を使ったクールなのに女っぽいコーデは必見!!

SAYAKA STYLE

Coordinate-02

★ツイード

シックになりがちなツイードはボーダーでカジュアルダウン

ボーダーツイードジャケット¥15,800、レースキャミソール¥5,900、デニムパンツ¥8,900、サングラス¥2,500、クラッチバッグ（チェーン付き）¥4,900、パンプス¥11,800／すべてDURAS

Coordinate-03

★シフォン

爽やかなレモンイエローでシフォンをヘルシーに♡

トップスがゆるっとしているから、ボトムはコンパクトにまとめて。シフォンチュニック¥7,900、レースショーパン¥7,900、クラッチバッグ¥4,500、デニムウェッジサンダル¥11,800／すべてDURAS

Coordinate-01

★レース

ラフなイメージのコンビネゾンもレースなら女らしく着られる♥

パンチのあるカラーで街の視線を独り占め♡ レースベアコンビネゾン¥8,900、ストローハット¥8,900、パールピアス¥1,500／すべてDURAS

DURASのG.W.フェアNEWS

毎年大好評のゴールデンウィークフェアを今年も開催！ 限定セットアイテムの販売やノベルティなど、３週間に渡りお届けします♪

Vol.1 4/17(Fri.)〜 お得なセットアイテムを販売！

フェア限定のオリジナルプリントを主役にした、フェミニンなコーディネートのセットだよ★

SET:01
チュニック×ショーパン
セットで¥9,800

甘いシフォン×レースで優しい色気をまとって

プリントシフォンチュニック¥9,500、レースショーパン¥5,500、ビーズフリンジピアス¥1,500、デニムウェッジサンダル¥11,800／すべてDURAS

SET:02
カーデ×ワンピース
セットで¥9,800

オリジナルプリントならシンプルなのに差がつく

シフォンコンビカーディガン¥5,900、プリントワンピース¥8,500、ネックレス¥1,500／すべてDURAS

Vol.2 4/24(Fri.)〜 セットアイテム第二弾＆ノベルティをプレゼント！

レディカジュアルな限定セットに加え、さらにオリジナルプリントのノベルティがもらえるよ♪

見た目も使い勝手も文句なしのクリアバッグ

15,000円以上（税込）のお買い物で、クリアバッグをプレゼント。ピンクとブルーの２色から選べるよ！ ※なくなり次第終了です。

SET:01
シャツ×コンビネゾン
セットで¥9,800

ほどよいルーズさがこなれ感をあと押し

シャツ¥5,500、プリントシフォンコンビネゾン¥9,500、サングラス¥2,500、フープピアス¥1,500／すべてDURAS

SET:02
ニットタンク×ニットスカート
セットで¥8,500

夏も使える爽やかなマリンテイスト♡

ボーダーニットタンクトップ¥5,500、ボーダーニットスカート¥5,500、ストローハット¥8,900 ウェッジサンダル¥11,800／すべてDURAS

Vol.3 5/1(Fri.)〜 ノベルティとしてバスタオルをプレゼント！

12,000円以上（税込）のお買い物で、オリジナルプリントのバスタオルがもらえるよ♪

体をすっぽり包める大きめサイズのタオル♡

ピンクとブルーの２色から好きなほうを選べるよ☆ 数量限定だから急いでゲットしてね！

DURAS

[DURAS OFFICAL SITE]
http://www.duras.jp/

[Instagram]
@duras_official

CHECK!!

DURASの最新情報がわかるニュースペーパーを配布中！

さやかがモデルのニュースペーパー✧ 春のおすすめコーデやフェア情報など、DURASの魅力が詰まった1冊だよ♡

2015 Summer Collection
DURAS

全てを叶える魔法のドレスは“コレ” 甘め 辛め 上品 細魅せ 男ウケ

女子♥春めきドレス♥

―― 春フェミニン急接近中

sugar & Jewels

Cute Spring full bloom.

model.荒木さやか camera.花岡直行 hairmake.丸山あゆみ

Dress NO.1

Heart × Pepuramu

バックが可愛くハート型で目を惹くデザイン♥軽やかなカラーにオーガンジーのペプラムが揺れて女子力UP間違いなし♥
Sugar／￥18,800（税抜）

Dress NO.2

フェミニンな総レース
ガーリーディテール満載♥

White × Pepuramu

総レースとたっぷりのパールビジューのガーリーディテール満載♥ボリュームのあるダブルペプラムでCUTEにスタイルUPも♥
Sugar／￥19,500 （税抜）

Dress NO.3

Monotone × Border

Sexyなオフショルxフラワーレースがさらにおしゃれ度をUPさせる♪表情豊かなシースルーペプラムで甘さをトッピング♡
Sugar／￥19,800（税抜）

Dress NO.4

Flower × Lace

花柄スカートが華やかフェミニンなミニドレス♥ヒラヒラとした柔らかいペプラムが腰まわりをしっかりカバー♥
Jewels／￥5,980（税抜）

Dress NO.5

Flower × White

他の子と差をつけたい子にピッタリ♪爽やかローズ&ホワイトスカート上品cute♥ペプラムで気になるお腹周りもカバー♥
Jewels／￥5,980（税抜）

Dress NO.6

スタイリッシュブルーが最旬
裾のシースルーで魅力アップ♥

Stylish × Blue

リボン風ベルト付きでウエストをすっきり魅せてくれます♥デコルテ部分にはキラキラと輝くビジューが装飾されゴージャスな印象♥
Jewels／￥6,980（税抜）

商品の情報はWebから♥
掲載商品はホームページをチェックしてね♥

sugar
http://www.sugar-net.com/

Jewels
http://www.jewels-net.jp/

姉 お姉さんアゲハ ageha

2015年5月号

COVER STAFF

PHOTO_Nobuyuki Sasaki
MODEL_Sayaka Araki, Sayo Hayakawa
HAIR&MAKE_Izumi Ueno (f-me)
STYLING_Mizuki Nakano
DESIGN_Mutsumi Sawada

CLOTHES
(さやか)オフショルトップス¥4,990/RESEXXY 渋谷109店 ショートパンツ¥6,500/rienda (バロックジャパンリミテッド) その他/モデル私物 (さよ)レーストップス¥5,990/RESEXXY 渋谷109店

ココでしか見られない写真も!! お姉さんアゲハ公式 Facebook♥
https://www.facebook.com/aneageha

Delyle JEWEL BOX -2015 Spring & Summer Delyle NOIR-

特別付録2 さやか、りな、かなえが着る!! Delyle NOIR春夏スタイルBOOK♥ JEWEL BOX

CONTENTS

特別付録1 rienda シフォンフラワー付きトートバッグ

016

131

082

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜きの本体価格となります。

Fashion♥Make

All White×荒木さやか

人生で初めてレベルで肌が荒れた…そんな春。いろんな場所へ行くからここ最近スカートを履いてないよね(笑)。メイクは肌荒れのせいでベースがちょっと濃くなった！ 外国人顔になりたいから陰影とリップはしっかりやるよ😊

1 ツヤよりカバー力!! いらないものは完全削除!!

1 顔全体にAのクリームファンデをしっかり塗る。カバー力もあるし、クリームだから意外と馴染むんだよね😊

2 肌荒れが気になる部分にBのコンシーラーを。さらにCのパウダーファンデを大きいブラシでササッとON♪

3 Dで眉頭～鼻先に薄くノーズシャドー！さらにフェイスラインをグルッと一周するようにシェーディング😺

2 アイシャドーは陰影がつけばいい！

1 上まぶたはEのaをアイホール、Fのaを二重幅と目尻側に太くのせる。ほんのり暗くツヤめけばOK♪

2 下まぶたはEのaとbをまぜて目頭～目尻までON！目尻から3分の1だけFのbを薄く重ねて陰影をつける。

3 ラインはリキッド！中間～目尻は太め

Gでアイラインを一気に引くよ。目頭～中央はキワに沿って、中央～目尻の延長ラインは少しずつ太くしてる😺

だんだん太くする

4 つけまは上だけ♪ あとはマスカラで

Hのつけまを目頭は1㎝あけて目尻の延長ライン上に装着してるよ😊 下まつげはIで2～3回重ね塗りして。

5 太眉を最近明るくチェンジ✧

1 JのaとbをMIXして自眉に沿ってパウダーをのせる。自然なボサ眉にしたいからキレイに整えすぎない!!

2 最近は少し眉色を明るくしたくてKでカラーリング✧ 眉頭の毛は上へ持ち上げるように塗って立ち上げる😊

6 チークは薄め!! ほんのりでいい♡

ナナメ上へ向かってLのチークをON✧ ほんのり色づくぐらいでいいから ササッとすべらせる程度で。

7 リップは華やか✧ トゥルントゥルン♡

1 リップの形に沿ってMの口紅を塗るよ♥ YSLは発色もいいし、かわいい色がたくさんあるからつい集めたくなっちゃう😊 最近はオレンジピンクで♪

2 Nのティントインオイルグロスを重ねる。くの字ブラシがつけやすいし、天ぷら食べたの!? ってぐらいテッカテカになってボリューミィ唇になっちゃうよ♥

Spring Fashion

Point
- ♥ホワイトに目が行く♪
- ♥パンツ・ショーパン多め
- ♥ラクチンで動きやすいカジュアルスタイル

色や柄をMIXするより、究極にかっこいいALLホワイト✧ トップスもボトムもsnidelで約20,000円😺 セットアップ風に見えてかわいいでしょ♪ パンプスはGYDAだよ。

Makeの方程式

荒木さやか、30歳。この顔が名刺です！

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

カラコンは
キャンディマジック 1day
ALLURE MUSE

my cosme

Ⓐカバーマーク フローレスフィット FN50、Ⓑクレ・ド・ボー ボーテ コレクチュールヴィサージュS、Ⓒクリアラスト フェイスパウダー ハイカバー マットオークル、ⒹM・A・C スタジオフィックスパウダープラスファンデーションNC50、ⒺNARS issist Eyeshadow Palette8303、Ⓕエルファー パールインアイシャドウA ナチュラルブラウン、Ⓖメイベリン ハイパーシャープ ライナーS BK-2、Ⓗダイヤモンドラッシュ シークレットeye、Ⓘメイベリン ザ カラサル ボリュームエクスプレスWP #24 クラシックブラック、Ⓙmfcアイブロウパウダー BR、Ⓚサナ エクセル アイブロウマスカラN BM01、ⓁM・A・C ミネラライズ ブラッシュ デインティ、ⓂYSL ルージュ ヴォリュプテシャイン30、ⓃYSL ヴォリュプテ ティントインオイル6

メイクも、ファッションも、私を形作る一部。
春服に着替えるように、メイクだって衣替えしたい♡

Fashion

オシャレは季節ごとに変えるのに、メイクはいつも一緒。そんな風になっていませんか？　スタイリングに合わせて、アイメイクを変える、チークを変える、リップを変える…そんな風に“メイクを着替える”ことを覚えたら、今よりもっとオシャレになれるはず！

PHOTO_ Hirofumi Yamashita (f-me)、Nobuyuki Sasaki [SAYAKA] **HAIR&MAKE_** Anri Mitsuishi、Izumi Ueno (f-me) [SAYAKA] **EDIT&TEXT_**Yu-ka Mizuno

Girly×Lace

桜井莉菜

基本ブレないけど春はレース素材が好き🐱 ミルクティー系の髪色だからアイメイクはしっかりと濃くして、生きるスーパードルフィーになりたいの♥ メイクもファッションも自分が楽しくてナンボ😊

専属モデル（31歳／東京都）独身・子供なし
桜井莉菜

白い肌とパッチリおめめ♥ 自分の"かわいい"を極めたい

カラコンは忘れちゃった💧

1 目指すのはふわっ♥白桃のような肌✧

1 顔全体にAのBBクリームを薄くのせる。のびがいいから1プッシュ弱でちょうどいい🐱

2 クマのある部分にBのコンシーラー。指でトントンなじませると自然に隠れてイイ感じ♪

3 Cのパウダーはカバー力・白さ・お値段すべてが最強のコスメ♥ 顔全体に塗りこんで。

2 オレンジゴールドが華やかeyeのポイント!

1 Dのaの602を二重幅にしっかりとON✧ 目元を華やかに盛りつつ、凹凸も出るよ。

2 同じDのaで下まぶたの目頭～目尻までのせる。ほんのり目尻側が太くなるように意識🐱

3 Dのbの503を上下まぶたの目尻にのせて引き締める。ぼかすように入れて目に深みを！

3 つけま&ラインでデカ目を死守♥

1 2枚重ねしたEを装着。重ねる時に外側へ1束分ずらして、目尻側を5㎜オーバーに！

2 Fのリキッドライナーで目頭の切り込みラインをIN。この2㎜で顔が別人級に変わる😊

3 Fで上まぶたのキワに沿って中太ライン♪ 目尻は下へタレさせてからサイドへ流す。（16mm）

4 上まぶたとのバランスを見ながら、Dのbで下まぶたの目尻をさらに濃くのせてタレ目に。

5 Point 下まつげはGをフルづけ♪ 丸っこいタレ目になるように黒目～目尻は離してつけるよ。（6mm）

4 まゆげは細く!! 立体感のある肌づくり♥

1 Hで生えてる自眉に沿って横一直線に描く。まゆげの印象はなくていいから細く！ 明るく！

2 Iの真ん中のパウダーで眉頭～鼻先までノーズシャドー✧ 眉頭らへんは幅広めでON。

3 Jで鼻筋にハイライトを🐱 チップでスーッと細く入れることで鼻が2㎝は高く見えるよ。

5 リップは色よりツヤ重視✧

1 Kのリップクリームは口紅の前につけるとグロスみたいにツヤツヤになるからオススメ✧

2 Lの口紅をリップブラシで塗る。上唇が薄いからしっかり山を作るようにオーバーリップ♥

Spring Fashion

Point
♥レースが好き♥
♥ALL ホワイトが気になる
♥アクセは大きめ!!

ハイネックのレーストップス・ネックレス・時計はDaTuRa♥ お尻の形が目立たない白パンはリゼクシー🐱 パンプスはデイライルだよ😊 ALLホワイトでオシャレにキメて！

my cosme

Ⓐミシャ M シグネチャーリアル コンプリート BBクリーム、Ⓑケイト スティックコンシーラーN ライトベージュ、Ⓒクリアラスト フェイスカバーハイカバー 白桃オークル、Ⓓアナスイ アイシャドウパレット、Ⓔダイヤモンドラッシュ シークレットeye、Ⓕサナ スーパークイック リキッドアイライナーEX01、Ⓖバニラバースデー No.4ちょこっとベイビー、Ⓗビボ アイフルマユズミA ライトブラウン、Ⓘケイト デザイニングアイブロウEX-4、Ⓙキャンメイク ハイライター05、Ⓚメンソレータムリップ RS、Ⓛアナスイ リップスティック703

Spring Fashion

ママになってファッションは
変わったけどそれも楽しんでる♪

カラコンは
カラコンはYU-KA
2カラーブラウン

Point
♥キレイめカラー
♥ロング丈スカート
♥セットアップ

トップス&スカートはどっちもFRAY I.Dだよ♥　上下で約25,000円くらい😊　しゃがんだ時に背中が見えないように白シャツ巻いてる。ブーティはDIANA♪　歩きやすいんだ！

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子一人
早川沙世

Fashion♥Make

Pale×tone 早川沙世

しゃがんだり、立ったりすることが増えてカジュアルになったけど、キレイめな色で春っぽいガーリーコーデに♪　メイクは自分のパーツを生かしたいから、こだわるのはアイメイク&リップ♥　一人の女性としてキラキラしたい✧

1 朝はバタバタだから ベースは2STEPだけ!!

1 顔はとにかくカバー力重視✧ 顔全体にAのクリームファンデを塗って時短するよ！

2 Bのパウダーファンデでゾーン&目の下にササッと♪　明るい色だからハイライト代わり。

2 アイシャドーはダーク ブラウン1色使い♪

1 上まぶたのアイホール全体にCのaをのせるよ。グレイッシュなブラウンがお気に入り♥

2 下まぶたは目頭〜目尻までCのaを細く入れて、目尻側にだけCのbをのせて濃くする。

3 まゆげは薄いから 自眉に沿ってなぞる。

Dを使って自眉に沿って形を整える程度に描き足す♪　まゆげが濃いとキツい顔になるから強調したくないんだよね😊

4 ライン&上下つけまで 一気に目ヂカラUP♥

1 12mm
上まぶたのキワに沿ってEでアイラインを。ほんのりハネ上げるように12㎜延長して！

2 目頭側からFをフルづけする✧　このつけまは長いから目尻側はライン上にオーバー！

3 下の自まつが薄いからGをフルづけ♪　黒目中央を少し下げてつけるとクリクリ目に♥

4 自まつとつけまが馴染むようにHのマスカラをササッとひと塗り✧　目元の完成だよ😺

5 チークは ほんのり ピンクで キュート♥

笑った時に盛り上がる位置にIのチークをまん丸に入れる♥　バービーピンクがかわいい😺

6 リップはこってり😊 ボリューミィにエロく♥

1 リップは沙世のトレードマーク♥　まずJの真っ赤な口紅をちょこっとオーバーに塗るよ♪

2 Kのスティックコンシーラーを重ねてヌーディピンクに✧　その日の気分で色調整する。

3 Lのグロスを全体に重ねてプルップル仕上げ♥　この塗り方が1番ボリューミィになる😊

my cosme

Ⓐカバーマーク ソフト<ES> パクト O-20、Ⓑシャネル ヴィタルミエール イドゥラコンパクト20、Ⓒシャネル レキャトル オンブル39 ラフィスマン、Ⓓインテグレート アイブローペンシルBR741、Ⓔインテグレート キャットルック リキッドアイライナー BK999、Ⓕドーリーウインク アイラッシュ No.2 スイートガーリー、Ⓖダイヤモンドラッシュ ハニーeye、Ⓗメイベリン ニューヨーク ボリュームエクスプレス マグナムウォータープルーフN 01、Ⓘシャネル ジュ コントゥラスト74 ウルトラローズ 、Ⓙルックミー リップスティックTango dance、Ⓚパラドゥ スティックコンシーラーS1、Ⓛシャネル ルージュ アリュール グロス #57

Fashion♥Make
Casual×Manish
杉山佳那恵

春だからって浮かれないビターな感じが好きだよ。

最近は靴下をポイントにしたファッションが好き😺 カジュアルだけどマニッシュな感じがいい♪　コーデに合わせてメイクもハネ上げラインや上下つけまで辛口メイクにまとめてるよ。口紅はYSLにゾッコン♥

1 下地＋コンシーラー＋パウダーファンデでセミマット肌！

1 Aの下地を顔全体にのせたら、Bで毛穴&肌荒れしてるほほにネコのひげみたいにON。

2 コンシーラーをなじませた後に、Cのパウダーファンデを大きいブラシで重ねていく！

3 仕上げにパフで軽くおさえるようにして肌ムラを整える✧。ついでに首にもササッとON。

2 上はブラウン、下はツヤで涙袋を作る♥

1 Dのaのベージュシャドーをくぼませたいアイホール全体にON♪　ほんのり色づく感じ。

2 上まぶたの目尻から内側に向かって、Eのシャドーを三角形になるようにのせてグラデに！

3 下まぶたの涙袋部分にDのbをのせてほんのりツヤをプラス✧。自然なツヤでしょ😊

3 キャッツラインと影ラインで瞳をクッキリさせて✧

1 Fで目頭を少しはみ出しながら目尻まで一気にアイライン‼ 目尻は15mm延長させて。

2 同じFで下まぶたの目尻から3分の1まで引く。ほんのりカーブをつけるのがポイント★

3 Dのcで上ラインをなぞるようにぼかす。下も目頭〜目尻まで薄くのせてラインをぼかす！

カラコンはラミアブラウン

4 自まつが短いから上下つけまでアップデート‼

1 黒目のスタート位置からGのつけまをフルづけ。目尻長めのつけまはセクシーな目元に♪

2 目頭部分から少し離してHのつけまをフルづけ。目尻は少しだけ下げてつけてるよ😊

5 佳那恵流まゆげはアイシャドーで作る♪

1 髪色に1番近いDのdシャドーをアイブロウパウダーに。眉尻からバランスを見てぼかす♪

2 Iの右側のベージュで眉頭をぼかしながらそのままノーズシャドー。幅広くしっかりON！

3 染めてない真っ黒な自眉とパウダーが馴染むようにJをON。ほどよく明るくチェンジ✧

6 オーバーリップでセクシー♥

1 Kのリップはとにかく潤いがすごい✧。リップの下地にもなるし、ウルウルに仕上がる♥

2 Lの口紅をややオーバーリップに塗る。YSLは発色よくてボリューム出るから最高😊

my cosme

A RMKクリーミィポリッシュト ベースN 02、B クレ・ド・ポー ボーテ コレクチュールヴィサージュS、C コフレドール シルキィフィット パクトUV オークルC、D YSL クチュールクルールパレット ワイルドエディション、E M·A·C エレクトリック クールアイシャドウ コイル、F YSLクリームアイライナー エフォンシルNo.1、G デコラティブアイラッシュ PLAY SEXY #7、H ダイヤモンドラッシュ ハニーeye、I NARS ブロンズパウダー ラグナ、J ケイト アイブロウマスカラN LB-1、K メンソレータム リップフォンデュ、L YSL ルージュヴォリュプテ シャイン No.14

Spring Fashion

トライアングルホールがオシャレなトップスはENVYM。レトロな花柄スカートはEVRISで約6,900円だったよ♪　靴下＋厚底のカジュアルな足元の時はハットで身長を盛る😊

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし
杉山佳那恵

Point
♥カーキやオレンジが気になる！
♥靴下を合わせたスタイル
♥辛口ファッションがタイプ♥

Fashion♥Make

OTONA CUTE × けいこ

滋賀で暮らしてTPOに合わせた素肌っぽいメイクに変わりました。それも大人になった証かな？ 3人の育児をしながらオシャレをするのは大変だけど、かわいいママでいたいから毎日を頑張れます♥

上品で透明感のある素肌。

Spring Fashion

Point
♥白やメタリック
♥やっぱり甘いアイテム！
♥セットアップ LOVE♥

色と形にヒトメボレして購入したセットアップはforever21で約4,000円くらい♥ 足元はトレンドの白ソックスに、SHOPLISTの厚底シューズでカジュアルにまとめたよ

1 ピンクカラーベースで作る清純なピュアスキン♥

1 Aの下地を顔全体にのせる。これを塗ると崩れにくくなるし、くすみが消えるよ✧

2 面積の広いおでこ&ほほにBをのせて顔全体に。パラベンが入ってないから安心

3 Cのパウダーをササッとのせる。ピンクカラーのお粉はくすみを飛ばしてくれるんだ♪

2 自眉を生かしたナチュ眉♥

1 まゆげの中央〜眉尻をDで描き足す。この眉ペンシルは高校生の頃からずっとリピ♥

2 Eのいろんな色が入ってる側をMIXして、眉頭〜中央の自眉に沿って自然にぼかす。

3 Fの眉マスカラで一気に明るく✧ 眉頭は上へ毛が流れるようにしてボサ眉を作るよ。

カラコンは Ever Color レディブラウン

はじける笑顔が幸せの証♥

3 アイメイクは抜け感のあるカラーレスシャドー&ブラウンライン♪

1 Gのaを眉下と目頭のくの字、Gのbを二重幅に。ほんのりツヤめくカラーレスな感じ

2 下まぶたの目頭〜中央にGのa、中央〜目尻にGのbでうっすら影をつけるよ

3 上まぶたのキワにHのジェルライナーで細くラインを！ 黒目上だけやや太めにしてる。

4 Iで毛と毛のスキマの粘膜と、目尻の延長ラインを引く。ブラウンだから優しい雰囲気に♥ (1cm)

4 まつげはブラウン仕上げで爽やか✧

Jのブラウンつけまをフルづけ。下はKのマスカラで！ まつげはブラウンで統一する♪

けいこ
専属モデル（31歳／滋賀県）既婚・息子1人・娘2人

5 スポンジチークでドーリーフェイス♥

1 Lのスポンジ側でほほの高い位置に丸くチークをON♪ ピンクが淡く色づく感じだよ

2 Lのブラシ側で丸く入れたチークの外側をぼかすように、少しづつ横広にのばしていく♪

6 リップは青みピンク♥

Point

Mの口紅でドーリーな青みピンクにしたら、Nのグロスを内側にだけのせてキュートに♥

my cosme

Ⓐポール&ジョー モイスチュア ライジング ファンデーションプライマー N #01、Ⓑセパルフェ ザ ブライトアップ BBクリーム ナチュラルオークル、Ⓒコスメデコルテ AQMW フェイスパウダー 80 glow pink、Ⓓ資生堂 アイブロウペンシル ②ダークブラウン、Ⓔアナスイ アイブロウカラー コンパクト #002、Ⓕキスミー ヘビーローテーション カラーリングアイブロウ 03 アッシュブラウン、Ⓖルナソル ベルベット フルアイズ 03 ダークブラウン ヴェルベット、Ⓗボビイブラウン ロングウェア ジェルアイライナー 2 Sepia Ink、Ⓘウインクアップ マキシグレードアイライナーEX リキッドブラウン、Ⓙダイヤモンドラッシュ レディeye、Ⓚメイベリン ボリュームエクスプレス フォルス ラッシュ 02パーリーブラウン、Ⓛマキアージュ ドラマティックムードヴェール PK200、ⓂM·A·C リップスティック ピンクヌーボー、Ⓝキャンメイク キャンディラップリップ05

Spring Fashion

Point

♥無地と花柄が好き♥
♥ボトムはデニム多め
♥シフォントップスに夢中♪

デニムジャケット・パンツ・シューズはすべて大好きなrienda♥　中に着てるシフォンのベアトップスはDURASだよ♡ さわやかな白コーデにピンクバッグでアクセントに☆

専属モデル（30歳／東京都）独身・子供なし
加賀美早紀

フィルターをかけたようなホワッと肌になりたい♥

Fashion ♥ Make

Celeb Casual 加賀美早紀

30歳を迎えた春♥　シンプルで上品なファッションとメイクが今の自分に合う♡　なんでもこってりするのは好きじゃないからメイクも薄づき♥　クマができやすい体質だから、ベースづくりが大切✧

Ⓐアディクション プライマー グロウ、Ⓑアディクション デューイ グロウ ファンデーション03、ⒸM・A・C スタジオ　フィニッシュ　コンシーラー　NW20、Ⓓシャネル　プードゥル ユニヴェルセル　リーブル20、ⒺM・A・C ミネラライズ スキンフィニッシュ ライトスカペード、ⒻM・A・C スモールアイシャドウ テンプティング、Ⓖ M・A・C スモールアイシャドウ ムルシュ、Ⓗビボ アイフル マユズミA イエローブラウン、Ⓘダイヤモンドラッシュ クチュールeye、Ⓙメイベリン ザ カラサル ボリュームエクスプレスWP #24 クラシックブラック、ⓀNARSブラッシュ 4023、Ⓛメイベリン ハイパーシャープライナーS BK-1

1 憎きクマを隠してマシュマロ肌に♥

Aの下地を10円玉分くらい出して顔全体に塗っていく。ピンクがかってて肌がトーンアップする✧

Bのファンデをほほ→おでこ→鼻に少しづつのせてから、ペチペチ叩きながら全体にのばすしていく。

目の下にできやすいクマに沿ってCをON。とにかくカバー力が強くてオススメ☺　指でたたきこむ。

Dのお粉を顔全体にのせて、EでTゾーンにハイライトを入れる。ブラシを細く押さえてつけるのがポイント！

2 シャドーはブラウンのみ

アイホールにFのブラウンアイシャドーをアーモンド型にON。メリハリが出るよ☺

Gを上まぶたのキワにライン風にON！　さらに下まぶたの目尻〜黒目の内側までのせる。

3 まゆげは下を描き足すよ

Point

自眉が細くて生えてこないから、Hで眉下部分を念入りに描き足して少し太くする♪

4 上つけまとマスカラでパッチリまつげ♥

Iのつけまを目の形に合わせてフルづけ♡　さらにJをササッと重ねて自まつとつけまを馴染ませる。

下まつげは自まつONLYで♪　Jのマスカラを丁寧に重ねてしっかりボリュームを出していくよ☺

5 チークは上めがかわいい♥

Kのチークはラメ入りがかわいい♥　上めの位置でカーブをつけるように横長にのせとくよ。

6 ラインは最後に引いてバランスを！

Lのライナーで上まぶたのキワに引いたら、そのまま少しタレさせて最後にハネ上げ✧

Erotic Color × TOKYO NADESHIKO

年齢に言い訳しない。世間体に流されない。それがTOKYO NADESHIKO！ 数字を重ねたからこそ、色や柄を味方につけたファッション✧ いつまでも性別メスであるためのメイクで人生を謳歌する♥

女で生まれてきたんだから
一生メスでいたいでしょ♥

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
MERIさん

カラコンは Geeenie 金狼

1 ファンデは2個使いでエイジレスな肌づくり✧

1 顔全体にAのリキッドファンデを薄くのばして肌色を均一にするよ♪ 量はパール大の1粒分で。

2 目頭・クマ・小鼻にBのスティックコンシーラーをのせて、指の腹でやさしくのばしていくよ

3 年齢肌をしっかりカバーしたいからCのパウダーファンデを顔全体にON。マット肌に仕上がる♪

4 Dのaでほほを中心にシェーディング。さらにDのbでTゾーンとあご下にハイライトを✧

2 アイメイクは目尻を重くするのがポイント！

1 Eのaで眉下にハイライト、Eのbでアイホールにのせて、上まぶたの陰影を強調する。

2 Fで横長ラインを引き、Gのつけまをフルづけ！ 目頭を開けて目尻をオーバーにのせる。

3 Hのaで下まぶたの目頭のくの字、Hのbで中央、Hのcで目尻にのせてグラデに

4 下まつげはIをフルづけ。目尻側に合わせてつけると自然につけられてチクチクしない！

3 チークはナナメ!! たるみをなくす♪

JのチークをMIXしてナナメにのせる。トレンドの丸いチークよりもナナメチークがセクシーで好き♥

4 リップラインで貧弱リップをSTOP★

唇の薄さがコンプレックスだからリップラインがマスト★ Kで上下オーバーにフチ取る。

my cosme

Ⓐエーシーバイ エンジェルカラー カバーキープ クリー ファンデーション ナチュラルベージュ、ⒷLBデュアル シーラーN ナチュラルオークル、ⒸLBマットミネラル トL ナチュラルベージュ、Ⓓスキンフード クウィーンス イキング ビタコンタリングフィニッシュ #02、Ⓔドーリー インク アイシャドウⅡ 04シャイニーブラウン、Ⓕケイト パーシャープライナーS BK-1、Ⓖダイヤモンドラッシュ レブeye、Ⓗケイト ブラウンシェードアイズ BR-5、Ⓘ ニラバースデー No.4ちょこっとベイビー、Ⓙキャンメ グロウフルチークス04、Ⓚメイベリン ライン アンド デ ンリップライナー 103ピンク

Spring Fashion

鮮やかなレースワンピはforever21で約3,500円。さりげないお腹上の肌見せがメス力♥ 2,500円には見えない神戸レタスの花柄パンプスで春ムードを足元から取り入れて

Point
♥ブライトカラー
♥柄パンプス
♥チラッと肌見せ♥

Spring Fashion

forever21で1990円だったバロックプリントのショートパンツで春らしさをアピール✧ 大好きなレースアイテムもforever21。サックスブルーで涼しげにまとめてみたよ

Point
♥柄アイテム
♥ボリュームアクセ
♥足見せ♥

トレンドもミーハーにMIX✧
一生現役でいたいから…♥

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
水野祐香さん

カラコンは Geeenie 桃玉

1 太眉とハイライトでメリハリ！

自眉に沿ってAのaでぼかし形を整えたら、Bでカラーリング✧ まゆげは薄太眉が好き♥

Point 凹凸を出したいTゾーンとアゴにCをのせて指でのばす♪ リキッドだからパウダーより自然になじむよ。

2 クリームチークで流行のドファサルメイクに✧

1 Dのクリームチークをアイホールの中央にのせて全体にのばしながら赤味をつけていく。

2 下まぶたにもDを使うよ♪ 綿棒で目尻側からのばすように目頭までぼかしていく

3 Eのラメシャドーで涙袋のある目頭〜黒目中央にON。うるんだような瞳になるの✧

4 Fのリキッドライナーで二重の半分くらいの太さのアイラインを！ 目尻はハネ上げて♪

15mm

3 つけまで上下フサフサ！

1 Gのつけまは横幅が長いから目尻側の4束をカットして、目尻に合わせ上まぶたに装着。

2 下まぶたシャドーを目立たせたいからブラウンの目立たないIのつけまをフルづけする

4 グラデリップでエロティック♥

1 Iを内側だけ塗る。上唇のサイドは口角が上がって見えるように意識してカーブをつけて

2 透明でウルウルに仕上がるJのグロスを重ねて、リップブラシでグラデになるように塗る♥

my cosme

Ⓐダイヤモンドノーズ メイクアップPN プリンセスノーズ、Ⓑケイト アイブロウカラーB BR-1 、Ⓒエスティローダー アイディアルライトイルミネーター #01、Ⓓキャンメイク クリームチーク CL01、Ⓔドーリーウインク ポイントラメ 01 ピンクラメ、Ⓕドーリーウインク リキッドアイライナー Ⅲ ディープブラック、Ⓖドーリーウインク アイラッシュ No.2スイートガーリー、Ⓗドーリーウインク アイラッシュ No.26 ブラウンスイート、Ⓘバニラコ デ ラ ルージュ リップスティック RG04、ⒿDHC モイスチュアケア リップグロスEX CL01

ベース

古橋綾香は下地&ラメを使って目指せ！－5歳肌✧

ファンデはしっかり塗りこむと小ジワが目立つから、下地重視の軽めリキッドにすることで素肌っぽさを意識 その代わりハイライト&ノーズで肌の立体感を出してます

カラコンは エンジェルカラー 1dayアーモンド

シェーディングも卒業してほんのりツヤ肌仕上げ✧

歯科医療事務育休中（31歳／東京都）既婚・息子一人
古橋綾香さん

1 Aの下地を顔全体に薄くのばす。@コスメの殿堂入りなだけあって崩れにくくなった

2 少量でもカバー力のあるBのファンデをおでこ・鼻・ほほ・あごにつけてのばしていく。

3 三角スポンジでトントンと優しく叩きながら余計な油分を取って均一にのばしていくよ

4 Cのお粉を顔全体に薄くはたいてフワッと明るいヴェールをまとった肌に仕上げる✧

5 目周りのCゾーンにDのハイライト。微粒子ラメ入りで目元の小ジワが目立たなくなる

6 Eのaとbをまぜて眉下から眉頭をつなげるようにノーズシャドー。そのまま鼻先まで！

my cosme

Ⓐプリマヴィスタ 皮脂崩れ防止 化粧下地、Ⓑエスティローダー ダブルウェア ステイインプレイス メークアップ #17、Ⓒシャネル プードゥル ユニヴェルセル リーブル 20 クレール、Ⓓインテグレート デザインヴェールホワイト、ⒺケイトデザイニングアイブロウN EX-4

最新メイクをZoom up!!

ます。毎日同じメイクをするだけじゃ、進化どころか退化するだけ！！ メイクが楽しかったあの頃のように新しい自分を発見しよう✧

カラコンは 忘れちゃった…

ViVianカラコンアドバイザー（31歳／東京都）独身・子供なし
美咲さん

そんな地味じゃないナチュラル肌を目指してます♪

1 肌の潤いと紫外線対策にAを顔全体にON。これを塗るとファンデのノリが格段によく

2 Bを顔全体にON✧ パフにCCクリームがしみ込んだタイプだから薄づきでナチュラル！

3 CCクリームで隠しきれない目の下のクマ&TゾーンにCのリキッドファンデでカバー

4 Dのパウダーを顔全体に重ねる。ピンクベージュは肌色が明るくなるしいい香りがする♥

5 フェイスライン&あごにEでシェーディング。面長がイヤだからあごは削るように濃く！

6 Tゾーン&目周りのCゾーンにFでハイライト✧ ベージュカラーだから肌に馴染む

ベース

美咲はCCのクッションファンデでまるで素肌っぽいツヤ肌仕上げ♥

春はマット肌をやめて素肌っぽいツヤ肌を練習中 スポンジタイプのCCクリーム＋微粒子パールの入ったお粉やハイライトで、潤ってるようなツヤ出しを意識してるよ✧

my cosme

ⒶIKENO VC サンプロテクト エッセンス、Ⓑエリシャコイ オールウェイズ ヌーディCCクッション ファンデーション、Ⓒジバンシイ ミスター・ライト 4 ファンデーション／コンシーラー、Ⓓジルスチュアート プレストパウダー コンパクトN、ⒺM·A·C ミネラライズ スキンフィニッシュ／ナチュラル ミディアムダーク、ⒻM·A·C ミネラライズ スキンフィニッシュ ライトスカペード

アイシャドー

まなかは重いまぶたを光効果で脱・小つぶ目♥

まぶたが重いからって濃い色を重ねたり、つけまを濃くすると逆に小さくなるから、ラメや抜け感がすごく重要!! 目が大きくないからこそ、アイシャドーには全力を注いでるよ

北新地バニラ勤務&アパレル会社社長
まなかさん（28歳／大阪府）独身・子供なし

カラコンは ロデオPINKYDE VIL 1dayブラウン

my cosme

Ⓐヴィセ リシェ グロッシーリッチアイズ BR-9ウォームスキン、ⒷM・A・C スモールアイシャドウ ムルシュ、Ⓒジルスチュアート リボンクチュール アイズ 03、ⒹYSLパレット ルミエールドジュール

ツヤまぶたで色気を放出✧ ドキドキするほど、春♥

1. まぶた全体にAのaをのせて肌のトーンアップ✧ アイシャドーの発色もよくなるからベースカラーはマスト
2. 二重よりちょっとオーバーにBのブラウンを重ねる。目尻は少し幅を広く、濃くなるようにのせるよ!!
3. 上まぶたの中央にCのaを指で丸くのせる。3回くらいクルクルのせて、目元に抜け感と光をプラスしたい✧
4. Cのaで目頭のくの字にもツヤメキをプラス✧ 鼻筋の1番細い場所へ幅広く、薄づきでのせるとかわいい♥
5. 今度はチップでCのaを下まぶたの目頭〜中央にON。涙袋をぷっくり見せることでフェロモンを印象づける
6. Dのハイライトを下まぶた全体に広範囲でのせるよ。肌に透明感が増して、アイメイクがさらに際立つんだ
7. Bで下まぶたの黒目下〜目尻手前までON。目尻にのせないことで上ラインとつながらないから抜け感が出る

Base Eyeshadow Line Eyelash Cheek Lip

パーツ別

お姉さんがこの春やってる!!!

ベース　アイシャドー　ライン　まつげ　チーク　リップ

あたたかい春の陽気と共に届いたお姉さん12人の春一番メイク♪ 新しく変えた最新メイクをパーツ別で詳しくご紹介し

Angelは下まぶたメイクで若さとかわいさをget♪

アンジェラベイビーみたいな華流&韓流アイドル顔が大好き♥ キラキラしてぷっくりした涙袋ってかわいいよね 優しい雰囲気が好きだからタレ目メイクは外せない！

ぷっくりウルウルな涙袋で大人カワイイが3割増し♥

アイシャドー

カラコンは キャンマジ KING ブラウン

my cosme

ダンサー（33歳／東京都）独身・息子1人
Angelさん

Ⓐメイベリン ビッグアイシャドウBR-2、Ⓑメイベリン アイスデュオ スリムアイライナー 01 ブラック、Ⓒエチュードハウス ティアーアイライナー シルバー

1. Aのaをアイホールよりちょっとオーバーにのせる。ゴールドブラウンで目元が華やか✧
2. Aのcとdをまぜて下まぶたの涙袋にのせる。タレ目シャドーもぼかせて一石二鳥
3. 二重幅にAのbを重ねて目元をクッキリと！あんまり濃くつけすぎないように注意してる。
4. 同じAのbで下まぶたの目尻〜黒目の中央にON♪ これが甘いタレ目顔になるヒミツ♥
5. Bのペンシルライナーで上まつげのスキマを埋める。これをしないと顔がぼやけちゃう！
6. アイライン&つけまの後にCで下まぶたの目頭〜中央にラメラインを✧ 目がキラキラに

アイライン

RIRIはやりすぎないハネ上げラインでキュートな小猫ちゃんライン♥

アリアナ・グランデみたいなキュートな小悪魔フェイスが理想♥ アイラインはしっかりと延長してハネ上げたり、黒目下にインラインして目ヂカラをアップするよ✧ 目は顔の第一印象を決めるパーツだから気合い入れるよ

ぱっちり目になりたいから上下アイラインが鉄板

1 まずは上まぶたの目頭〜目尻までキワのギリギリにアイライン。目頭〜黒目までちょっぴり太く引くとぱっちりする♪

2 下まぶたのキワの線上に合わせて目尻の延長ラインを引く。少しカーブをつけることでかわいらしさをアピール

12mm
ここに合わせる

3 黒目下は粘膜、そこから少しずつ下げて目尻をオーバーに。抜け感を出すために目尻は上ラインとつなげない。

my cosme
コージー スプリングハート リキッドアイライナー 01 ブラック

カラコンは
BIG キャンディー ブラウン

So cute... and sexy

RIRIさん
ダンサー（26歳／東京都）
独身・子供なし

広島の看護学生（29歳／広島県）
独身・子供なし
青木りえさん

1 Aの下のダークブラウンで自眉に沿ってぼかすよ。毛と毛のスキマを埋めつつ、自眉の上側を少し書き足していく♪

2 プロセス①でぼかしたところをBで形を整える 特に薄い眉頭はしっかりと描きたすことで太眉になるよ

3 Cの眉マスカラで自眉の色と毛流れを整えながらカラーリング✧ 明るい色になることで印象がやわらかくなる♪

4 ここ透けてるな〜って場所にDの明るいアイブロウペンシルで描き足す。眉頭は特に透けやすいから丁寧に描くよ！

my cosme
Ⓐアナスイ アイブロウカラーコンパクト02、Ⓑキャンメイク スリムブロウライナー02、Ⓒケイト アイブロウカラーN LB-1、Ⓓインテグレート アイブローペンシルBR741

自眉はコレ!!

薄太眉に変えたら大人っぽくイメチェンできたっ♥

アイブロウ

青木りえはペンシル2本使いでナチュラルな“薄太眉”

カラコンは
プティア 1day Glace Brown

太眉ブームだけど濃いとインパクトが強すぎるから、ナチュラルな薄い太眉を目指したよ 自眉で足りない部分を描き足したり、ぼかしたりして、今のまゆげにたどり着いた✧ 太眉はアイメイクが薄くてもイイ感じ♥

最近のお姉さんはナチュラル♥パッチリまつげにイメチェンしてた!

宮下美恵はネコっぽくて優しい上つけまに夢中♥

つけま派

いろいろ試したけどドーリーウインクのつけまが1番♥

愛用はコレ!! ドーリーウインク アイラッシュ No.1 ドーリースイート

ライフスタイルプロデューサー（34歳／東京都）既婚・娘2人 宮下美恵さん

2人の子供のママだし、働いてるから毎日バタバタ！　まつエクする時間やメイク時間を短縮したいって考えるとつけまつげが1番早い♪　ドーリーウインクの毛質がよくて好き♥

my cosme

Ⓐデジャヴュ ファイバーウィッグ ウルトラロング、Ⓑインテグレート キャッツルックリキッドアイライナー BK999、Ⓒパナソニック まつげカーラー EH2385P

1 ビューラーしたら自まつにたっぷりとAのマスカラをON♪　下つけまはしないから丁寧に重ね塗りするのがポイント

2 ドーリーウインクのつけまを黒目のはじまり～目尻にフルづけ！　束感と目尻長めでネコっぽい目になれるよ

3 つけまののりが光ってると恥ずかしいからBのアイライナーで軸部分を引き直す。これで目を閉じても自然♪

4 最後にCのホットビューラーで自まつごとカールをつける。自然なカールに仕上がるし、見た目もナチュラル✧

カラコンは Dazzy Pallet のブラウン

久保七瀬は3週間ごとにCカールとJカールのまつエク!

まつエク派

上 両目で約80本
目頭～黒目：Cカール
目尻：Jカール
下 両目で約80本

まつエク歴は約4年　ノーメイクでもまつげがあると変わる♥　メンテナンスは定期的に行かなきゃいけないので、3週間でリペアをする1回7,000円コースに通ってるよ！

まん丸おめ目になれる黒目上と目尻長めのまつエク✧

美容ブロガー（28歳／大阪府）久保七瀬さん

1 Aのクリアマスカラでまつげの毛流れや向きを整える。まつエクだからこそ、透明マスカラで整えることが重要だよ

2 上まつげはBのボリュームブラシで濃くするよ！　右目は下向きになりやすいので上向きにつけて、左右対称を意識✧

3 下まつげはBの細いブラシで丁寧にマスカラをON。下向きになるようにブラシでまつエクの根元を固定しながら塗る♪

my cosme

Ⓐリンメル クリアグロウ マスカラ、Ⓑメイベリン ボリュームエクスプレス ビッグアイ 01 ブラック

カラコンは ラバーズカラースカイのノーブルブラウン

ららはNOカラコンでも似合うマスカラONLYにイメチェン✧

マスカラ派

これからはナチュラルでキレイなお姉さんになりたい♥

家事手伝い（35歳／東京都）独身・子供なし ららさん

35歳だしそろそろカラコンとつけまを卒業したくなった　このメイクに変えてから意外と周りの評判もいい！　これからは佐田真由美さんのような大人ビューティー目指したい✧

my cosme

Ⓐマジョリカマジョルカ ラッシュボーン ブラックファイバーイン、Ⓑヘレナルビンスタイン ラッシュクイーン フェリンブラックWP 01 ディープブラック、ⒸKOIZUMI アイラッシュカーラー KLC-0930

1 Aのコーム型クリアマスカラで上下にたっぷりベースをON。ファイバー入りだからマスカラのつきがよくなっていいよ

2 Bのマスカラで上まつげに何度も何度も重ね塗り♪　このマスカラはダマになりにくいからすごくオススメ✧

3 同じくBのマスカラで下まつげも丁寧に重ねていくよ。下に向かって毛がのびるように意識してのせてます

4 仕上げにCのホットビューラーでまつげをカール✧　ホットビューラーは自然なカールがつきやすいから好き♥

春一番♥お姉さんのほっぺは“桜色”に染まった!!

強気な目元をやわらげる
血色チークに夢中♥

入れ方図鑑

ヨガインストラクター
（29歳／東京都）独身・子供なし
真優川 咲さん

1 黒目下のほほの高い位置に楕円形でチークをON♪　あとでぼかすのでしっかり色を乗せた方がかわいくなる♥

2 ブラシはそのままでプロセス①でのせたチークの周りをクルクルとぼかしながら、こめかみの方までのばしていく。

my cosme

RMKインジーニアス パウダーチークスN EX-07

カラコンは
カラコンはVivian
スイートブラウン

チーク

真優川咲は ポッ♥と色づく血色チークにしてる!!

春メイクはガラリと印象を変えたくてお人形みたいでかわいい玉城ティナちゃんを意識😊　チークは目の下の真ん中に入れる血色チークがかわいくて好き♥　白肌に映えるRMKのピンクチークがお気に入りです😺

今井麻莉江は フェロモンの残るツヤチーク✧

コスメはほぼ全部シャネルってぐらいシャネル好き😺　よく年齢よりも上に勘違いされるから、春だしピンクチークで少しかわいらしさをプラスしたいって思ったよ♥

上品なシャネルのチークは
肌に溶け込んで美しい✧

トライアスリート
（27歳／東京都）
今井麻莉江さん

カラコンは
キャンマジ
No.15グレー

my cosme

シャネル ジュ コントゥラスト 250 クレシェンド

入れ方図鑑

1 ほほの高い位置に横長でチークをのせます。前はナナメに入れてたけどかわいらしさを出すなら横長がオススメ♪

2 そのままのブラシで逆三角形になるようにぼかしてく✧　横長の逆三角形に入れることで顔がシャープに見える😺

奥山絵里奈は ドーリーフェイスな横広チーク♥

コスメブランドで好きなのはイプサ♪　濃いメイクは顔に似合わないからナチュラルな色づきが気に入って集めてるよ😺　春らしいコーラルピンクのチークはヘビロテしてます♪

ドーリー顔にマストな
上気ピンクのほっぺに♥

イベントコンパニオン
（30歳／東京都）独身・子供なし
奥山絵里奈さん

カラコンは
エンペラーブラウン

my cosme

イプサ フェイスカラー デザイニング パレット 201K

入れ方図鑑

1 上側のチークを2色ＭＩＸして愛用♥　笑った時に盛り上がるほほの中央から真横へ流すようにチークをON♪

2 ブラシに残ったチークをアゴ先にものせるよ😊　アゴ先にチークを入れると血色がよくなって小顔に見えるの♥

お姉さん12人の春リップ図鑑♥

2015年・春のお姉さんリップをたっぷりご紹介♪　リアルに使ってるコスメをチェックして旬なうるツヤリップを目指しましょ♥

Natural ↔ Vivid

Misaki

自分の唇は横幅がなくて小さいから薄めのヌーディカラーで大きくしてる　パキッとした色は顔が怖くなるからヌーディが好き♥

M·A·C ミネラライズ リッチ リップスティック ビーファビュラス

ジバンシィ ジェリー アンテルディ 06

Rie

YSLの口紅は見たまんまの発色だし、ヒアルロン酸配合だからグロスいらずでツヤツヤになる✧　ヌードベージュで甘い雰囲気に♥

YSL ルージュ ヴォリュプテ No.1

Erina

唇が薄いから赤系のクリアリップで印象をUP✧　イプサの口紅はべっとりつかないから好き♥　仕上げのグロスでウルウルさせて!

イプサ リップコートグロスNC14

イプサ リップスティック ルミナイジングカラー A05

Manaka

NARSで輪郭を大きく取ってぽってり唇にメイクアップ♥　グロスっぽいリップスティックにYSLを重ねることでボリューミィに

メンソレータム リップ RS

YSL ルージュ ヴォリュプテ シャイン 30

NARS ベルベットマットリップペンシル 2465

Lala

リップライナーで輪郭を強調するよ✧　ギットギトに光らせた唇にはなりたくないから適度なツヤと血色のいいオレンジ味を意識!

M·A·C リップペンシル ボールドリーベア

CHICCA エンタイシング リップステイン 18

YSL グロス ヴォリュプテ3

Riri

唇の厚みをもっと出したいから上唇だけ少しオーバーリップ♥　しっかりと山をつけることで元の唇が大きく立体的に見えるよ

KIEHL'S リップグロス ゴールデンベリー

ディオール アディクト リップスティック 579

Ayaka

キャンディドールの口紅はプチプラなのに発色がよくて優秀♥　上唇はかなりオーバーリップしてるけどリップラインとグロスで自然

MEDIA リップライナーAA RS-4

キャンディドール リップスティックN　ピンクグレープフルーツ

シャネル　レーヴル サンティヤント 178

Nanase

プルップルの唇が好み　口紅→ルックミー→ディオールの順番で!　ディオールは唐辛子成分入りで縦ジワが消えるからマスト♥

ルックミー チューブグロス ラブリーシーン

エスティローダー ピュアカラー ヴィヴィッドピンク シャインボルテージ リップスティック

ディオール　アディクト リップマキシマイザー 001

Mie

シャネルとM·A·Cをまぜて上下どっちも少しオーバー気味に塗っていくよ　仕上げにキャンメイクのグロスでツヤ出ししてる✧

キャンメイク キャンディラップリップ03

シャネル ルージュココ 35

M·A·C リップスティック チャッターボックス

Angel

山はしっかりとつけたいからスティックタイプを愛用♪　ピンナップガールみたいなどピンクのPOPな唇にしたくてグロスもピンクに♥

シャネル レーヴル サンティヤント161

レブロン カラーバースト バームステイン 20

Mayusaki

ぽってり少女のような唇を目指して、色味はクリア感のあるリップクリームで仕上げたよ♥　内側を口紅、外側をグロスにしてグラデに

メイベリン リップクリームカラー 04

ジバンシイ グロス・レヴェラトゥール パーフェクトピンク

Marie

リップコスメはなめらかなテクスチャーのアイテム重視✧　ここぞ!という日は濃いめのリップとツヤ出しグロスで血色を補正したい♥

シャネル ルージュ アリュール15…

シャネル レーヴルサンティヤント 185

日韓共同研究の
高機能シートマスク
ただいま開発中!

肌が揺らぎがちなお姉さん世代にとって、シートマスクはスキンケアの基本アイテム。気兼ねなく毎日使いたいけど、安すぎると品質が心配だし、いいものは高い…そんな悩みを解決する理想のマスクの登場です！

PHOTO_Hirofumi Yamashita (f-me) [MAIN]　HAIR_Anri Mitsuishi [MAIN]
EDIT&TEXT_Akiyo Nishino

「日本人の肌に合った美容成分＋韓国コスメのコスパで理想のマスクが実現！」

効果のあるコスメを惜しみなく使いたい。そんな女性のわがままを詰め込んだシートマスクの開発が、日韓共同でスタートしたよ♥　目指したのは、たるみ・くすみ・乾燥を素早く改善するパワーと低刺激。4種のマスクを48枚セットにし、デイリーに使える大容量にもこだわりました。継続できるスペシャルケアで、すっぴん力の向上を目指しましょ♪

毎日使える美容液マスクで姉世代の肌をレスキュー

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし
杉山佳那恵

この4種類が12枚ずつ入って48回分!!

リフティング、保湿、抗酸化、美白の4種類のマスクが1セットに。厚手のシートが肌に密着し、美容液がぐんぐん浸透します。皮膚科認定済みの低刺激で、敏感肌にも安心♥
※パッケージは変更になる場合があります。

7月から姉agehaのサイトで発売予定！お楽しみに♥

シートパックマニア・かなえが韓国の開発チームを直撃!

韓国に出張!

シートパック製造中!

←品質にブレが出ないよう、温度や湿度が厳重に管理されてるよ！

巨大タンクに美容液が

→巨大タンクで美容液を製造。床にゴミ1つ落ちてないほど清潔！

とっても清潔

←清潔な空間で製造・管理されてると知り、その安全性に納得♥

製品管理も徹底！

↑工場では1日3000箱のマスクの出荷が可能。販売が楽しみ！

商品をお試し♪

↑角質ケア用のコスメをお試し。使ってすぐお肌がつるつるに！

めっちゃすべすべ♥

続いて工場も見学

←コスメの製造工場へGO。スタイリッシュで工場とは思えない外観★

→開発元は人気コスメを多数製造している韓国のOUTIN社。

ここが開発会社!

会議に飛び入り参加

←開発会議にかなえも参加。モデル目線の意見に一同興味シンシン！

最新コスメがいっぱい!

↑OUTIN社が販売する新作コスメたち。パッケージもおしゃれ★

no.1 DeNAトラベルで行く 3泊4日グアム旅行♥

南国リゾートバカンスで、最上のリラックスタイム✧

常夏の観光地・グアム旅行をプレゼント♥ 日本からも比較的近くて、海外旅行初心者さんにもオススメ♡ 宿泊先は、大人気の高級ホテル「ヒルトン グアム ホテル リゾート&スパ」!! かわいい水着で海を満喫しよう✧

1組2名様

概要

※賞品はグアムまでの往復航空券(直行便)・燃油サーチャージ料・現地空港〜ホテル間の往復送迎・現地宿泊費用となります。※海外諸税費・空港施設利用料・空港までの国内往復交通費・海外旅行傷害保険・旅行期間中の食事などは含まれません。※出発設定可能日:羽田・成田・関空発2015年7月6日〜2015年8月31日(うち、8月7日〜14日を除く) ※日程、出発地は販売状況によりご希望に添えない場合がございます。

問DeNAトラベル ☎03-6866-5956 URL:http://www.skygate.co.jp/

no.2 金谷ホテルより 金谷ホテルペア宿泊券♥

忙(せわ)しない日常から離れて至高の癒し空間へ✧

日光東照宮まで徒歩20分で140余年の歴史を誇る日光金谷ホテルと、中禅寺湖のほとりにあり四季折々の豊かな自然に囲まれた中禅寺金谷ホテル✧ サンナホルのアメニティー(シャンプー・洗顔料ほか、計4点)もついてくるよ★

1組2名様

約2万相当の リッチな アメニティー♥

概要

※賞品は金谷ホテルの宿泊券(1泊2日)・1日目の夕食・2日目の朝食となります。※ホテルまでの往復交通費・賞品以外の食事・土産代などは含まれません。※日光金谷ホテル、中禅寺金谷ホテルのいずれかお選び頂けます。※宿泊可能日:2015年12月25日まで(うち、5月2日〜5月5日、6月13日、8月8日〜8月22日、10月10日〜11月23日を除く)

問日光金谷ホテル ☎0288-54-0001/中禅寺金谷ホテル ☎0288-51-0001 URL:http://www.kanayahotel.co.jp/

ギャルでもない!おばさんでもない!すべてのお姉さん世代に感謝の気持ちを込めて♥

＼祝・独立創刊記念!／

超豪華プレゼント♥

みなさまに感謝の気持ちをたっぷり込めて、スペシャルプレゼントを集めたよ★ 今回のラインナップはグアム旅行、ホテルのペア宿泊券、ハイブランドアイテム、とってもかわいいピンク家電たち♥ 巻末のハガキまたはwebから応募してね♪

PHOTO_Nobuyuki Sasaki[SAYAKA、RINA、SAYO、KANAE]、Ryuzaburo Tabata[P32 ITEM] HAIR_Izumi Ueno(f-me) STYLING_Mizuki Nakano

応募はコチラから♥

パソコンからの応募は、右記QRコードor下記アドレスからアクセスしてください♪
巻末ハガキでのご応募は希望プレゼント賞品の番号を書いておくって下さい。
https://mediasjp.com/oubo/oubo.cgi

〆切り
2015年6月5日(金)必着

《個人情報の取り扱いについて》 プレゼント応募でご記入いただいた個人情報(住所や氏名など)は、当選者へのプレゼント賞品の送付、今後の企画の参考、アンケート依頼の目的にのみ使用させていただきます。

お姉さんブランドモールよりハイブランドアイテム♥ 各1名様

no.5 kate spade バッグ♥

リボン×ドットの甘さを黒で引き締め

大きなリボンが特徴的♪ 黒地だから甘くなりすぎず、お姉さん世代でも使いやすいよ✧ ファスナーつきだから安心★ 30,000円相当。

no.3 PRADA ポーチ♥

ビビッドな紫がかわいい巾着型ポーチ♥

大容量で存在感バツグンなPRADAのポーチ✧ 軽くて丈夫なナイロン素材で、逆三角形のPRADAマークが際立つよ♪ 30,000円相当。

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

ニット￥7,900、ワンピース￥6,500／ともにDaTuRa 渋谷109店 サンダル￥6,900／R&E

no.6 バレンシアガ バッグ♥

ピンクベージュの柔らかいレザーが女性らしさを引き出す♥

バレンシアガらしいスタッズとファスナーの長いヒモ飾りがポイント 取り外し可能な専用の小型ミラーもついてるよ★ 81,000円相当。

no.4 MIUMIU バッグ♥

真っ赤なレザーがパッと目を惹く一級品✧

収納スペースが2つに別れていて、長財布が入るサイズのショルダーバッグ♥ 鮮やかな赤色がコーデの差し色にもなるよ♪ 92,000円相当。

ベアマキシワンピ￥8,900／Delyle NOIR 渋谷109店

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

no.9 kate spade 財布♥

王道ガーリーテイストなフロントリボン♥

ピンクにリボンモチーフと、女性らしい愛らしさのあるデザイン♥ 内側もドット柄になっていて、どこまでも甘い 32,000円相当。

no.7 TORY BURCH 財布♥

バイカラーでクールに決める二つ折り長財布★

手になじむ上質なレザーで、黒に深みのある赤を合わせたユニセックス仕様✧ カードポケットも充実の10ポケット♥ 30,000円相当。

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

no.10 Chloe財布♥

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

異素材風のパッチワークが上品さをプラス✧

ピンクとグレーの素材感が異なるカーフレザーを使用した二つ折り長財布★ パッチワークにすることで洗練された印象に 69,000円相当。

オフショルトップス￥5,900／LIP SERVICE サングラス（参考商品）／DURAS

no.8 TORY BURCH バッグ♥

ベアトップ￥5,900、スカート￥5,900、イヤリング（価格未定）／すべてDelyle NOIR 渋谷109店 サンダル￥7,900／R&E

甘めにも辛めにも合わせやすい万能ミニバッグ★

中央の大きなロゴがかわいいショルダータイプ✧ 黒とゴールドのシンプルなデザインでどんな服にでも合わせやすい♪ 57,000円相当。

問お姉さんブランドモール ☎03-6805-1903
URL：http://www.rakuten.co.jp/onesanagehabm/

no.12 パナソニックの目もとエステ♥

3名様

スチームと温感ヒーターで目元にハリとうるおいを✧

メリハリのあるリズムタッチとスチーム&温感ヒーターで、目元にハリとうるおいを✧ 寝る前のひとときにオススメ♪ オープン価格。

問パナソニック ☎0120-878-365 URL：http://panasonic.jp/beauty/

no.11 パナソニックのヘアードライヤーナノケア♥

3名様

素髪美人はドライヤーが違う☺

毎日髪を乾かすだけでミネラルエステが可能♪ ヘアアレンジやカラーで傷む髪をケアしてツヤサラ髪を手に入れよう♥ オープン価格。

問パナソニック ☎0120-878-365 URL：http://panasonic.jp/beauty/

no.14 エレクトロラックスより掃除機♥

ハンディにもできる2in1♥

1名様

ネイルケアブランドO・P・Iとコラボした限定ピンク掃除機♥

エルゴラピード・リチウム プリンセス ルールズ！はコードレスタイプの掃除機☺ ヘッドがスムーズに動くから楽ちん♥ オープン価格。

問エレクトロラックス・ジャパン株式会社 ☎0120-54-0202 URL：http://www.electrolux.co.jp

no.13 パナソニックのレッグリフレ♥

3名様

温めながら足全体をしぼりあげる♥

足先をヒーターでじんわり温めつつ、足裏、足首、ふくらはぎに配置されたエアーバッグで、下から上へとマッサージ★ オープン価格。

問パナソニック ☎0120-878-365 URL：http://panasonic.jp/massage-parts/

no.16 株式会社マインドエッジよりキャビプラス♥

3名様

自宅で簡単にエステクラスの脂肪溶解が可能★

片手に収まるサイズのマシンで気軽にキャビテーションができちゃう☺ 専用ジェルも1本つけてプレゼントするよ♪ 49,800円相当。

問株式会社マインドエッジ ☎045-228-8425 URL：http://caviplus.co/

no.15 SHARPのウォーターオーブン ヘルシオ♥

2名様

健康維持とダイエットの心強い味方✧

ヘルシオで調理するだけで余分な脂や塩分をカット★ 旨み・甘み成分は逆に引き出すから、美味しく仕上がるよ☺ オープン価格。

問シャープ株式会社 ☎0120-078-178 URL：http://www.sharp.co.jp/

普段着を普通に見せない デイリーStyleアップデート術♥

“なんとなくダサい”“地味”を解決♡

毎日サラッと着られる服こそ
少しのテクが重要に!

派手は好きだけど着飾るのは非日常的だし、「オシャレ頑張ってます」って見られたくない。デニムだってTシャツだって、合わせるアイテム次第でこんなにオシャレ♡
色っぽさと少しのゴージャスさも加えた着こなしテク、今日から取り入れてみて😉

PHOTO_Tooru Haneda(biswa.) **HAIR&MAKE**_Yusuke Kasuya(Addict Case)
STYLING_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY) **MODEL**_Kanae Sugiyama **EDIT&TEXT**_Haruka Noda

daily item 1

“とりあえず”で履きがちなスキニーデニム

▼ジャケットを羽織れば美人顔に

デニムは季節に合った
ブルーを選ぶのがオシャレ

バッグやアクセはレディなアイテムで上品に。ジャケット¥12,000、JAMES PERSEのTシャツ¥9,000／ともにトコ パシフィック　パンツ¥13,880／RESEXXY 渋谷109店　ヴィンテージヴィトンのクラッチバッグ¥27,593／Qoo　パンプス¥10,800／DURAS　イヤリング／スタイリスト私物

daily item 2

地味に見えるカッチリアウター

▼柄インナーを仕込んでカジュアルに

男らしいアイテムは
色っぽく変換して

シンプルな黒を着るときは女らしさを取り入れるのが重要。柄やビジューで輝かせて。 アウター¥10,800／MIIA　ベアトップ¥5,490／RESEXXY 渋谷109店　パンツ¥16,690／RCWB（バロックジャパンリミテッド）　バッグ¥14,800／DaTuRa 渋谷109店　サンダル¥7,900／R&E

daily item 3

飾りのないシンプルな白トップス

▼シャツを腰巻してラフさを投入

ニュアンスカラーが入れば
白黒コーデがこなれる

1アイテムプラスするとシンプルスタイルが無難に終わらない。ニットトップス¥4,750、スカート¥5,000／ともにrienda（バロックジャパンリミテッド）　腰に巻いたシャツ¥9,000／トコ パシフィック　サングラス¥3,690／SLY（バロックジャパンリミテッド）　ヴィンテージGUCCIのボストンバッグ¥55,371／Qoo　ミュール¥17,500／ダイアナ 銀座本店

daily item 4

デニムショーパン

若見えしちゃう

▼ドレッシーな黒トップスで色っぽく

ミニマムなボトムスには
ふんわりトップスが鉄則

タイトすぎるショーパンはNG。裾に広がりのあるものが今っぽい。ジャケット¥11,500、キャミソール¥5,500／ともにrienda（バロックジャパンリミテッド）　ショートパンツ¥8,900／DURAS　ヴィンテージCHANELのバッグ¥156,297／Qoo　スリッポン¥5,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店

daily item 5

ド定番な トレンチコート

▶スポーティーなコーデに合わせてさりげなく

やんちゃなスタイルが
アウター次第で大人ラフに

チェーンバッグの華やかさが引き締め役に。アウター¥13,500／rienda（バロックジャパンリミテッド） ヴィンテージミッキーTシャツ¥4,612／Qoo ショートパンツ¥6,000／LIP SERVICE めがね¥7,900／JINS ヴィンテージCHANELのバッグ¥184,075／Qoo

daily item 6

シンプルな フレアワンピ

▶カジュアル小物をプラスしてこなれさせる

外しを作れば頑張ら
ないガーリーが完成

普段っぽいアイテムでカジュアルダウンさせればワンピの単調さを回避できる。ワンピース¥7,000／rienda（バロックジャパンリミテッド） ハット¥4,500／Avan Lily（バロックジャパンリミテッド） ソックス¥700／Doll Kiss 渋谷109店 ヴィンテージMCMのバッグ¥22,038／Qoo パンプス¥14,000／ダイアナ 銀座本店

7 daily item

地味に見えやすいモノトーンコーデ

▼ツヤ小物を合わせてゴージャス感をプラス

アクセよりも小物で飾るのがさりげない

白黒のマットなスタイルにエナメルやゴールドのツヤが豪華に映える。JAMES PERSEの Tシャツ¥9,000／トコ パシフィック　パンツ¥3,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　ヴィンテージCHANELのサスペンダー¥137,030／Qoo　サングラス¥3,750、バッグ¥8,750／ともにrienda（バロックジャパンリミテッド）　手に持ったボーダーカーディガン¥3,900／ROYAL PARTY　パンプス¥14,500／ダイアナ 銀座本店

8
daily item

コンサバに転びがちなシャツ
▼一癖あるパンツとなら今っぽく昇華できる

カーデやサングラスを添えるだけでピリッと辛く

ハイウエストパンツがシャツの堅さを払拭。パンプスと合わせてイイ女風に。シャツ¥6,250、パンツ¥9,750／ともにrienda（バロックジャパンリミテッド）　肩にかけたJ.CREWのカーディガン¥20,000／トコ パシフィック　ヴィンテージCHANELのバッグ¥165,556／Qoo　サングラス¥2,900／Avan Lily（バロックジャパンリミテッド）　パンプス¥14,000／ダイアナ 銀座本店　イヤリング／スタイリスト私物

daily item 9

無難さのあるボーダー
▶女らしいシルエットのものならオシャレ

愛着のある定番柄こそ形にこだわって

ボーダーのカジュアル感があればボディコンなタイトワンピもなじみやすい。ワンピース¥6,700／DaTuRa 渋谷109店　サングラス¥2,500／DURAS　バッグ¥3,300／Ober Tashe 渋谷109店　パンプス¥11,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）

炭酸パックとも違う!!　とっておきの前日の、とっておきのお手入れに♥

O/CSHELL

オクシェル

まるでスパークリングワインの泡と、白ワインの香りに包まれているような使用感のパック♥　実際にポリフェノールの含まれるシャルドネエキスを使用、さらにぶどうの果皮に含まれるレスベラトロール配合で、ふっくらとみずみずしい肌に導いてくれます。塗ってしばらく置くと、いつの間にかクリーミーな泡に変化!!　そのまま優しくなでるようにマッサージすれば、リゾートエステでくつろいでいるような贅沢な肌ケアタイムに✧

- 4g×20包入り
- PRICE：15,000yen（税別）
- MADE IN JAPAN

O CSHELL THE FACE PACK Chardonnay

おうちでリゾート気分を味わえる
癒しで贅沢なリラックスタイム♡

【お取扱い店】
unsarto アンサルト
☎ 03-6427-6523
住所／東京都港区南青山 6-3-2 QCcube 南青山 63-2F
営業時間／平日 11:00～21:00、
木 13:00～23:00、
土 10:00～19:00、
日祝 10:00～18:00
定休日／月曜、第３火曜

株式会社アンプリー　東京都中央区銀座 4-8-12　☎ 03-3567-8666　http://www.o-cshell.jp
安浦利有限公司　103-52 台北市大同區南京西路41 號7F-2　☎(02)2558-2269　E-Mail:amply.tw@msa.hinet.net

PHOTO_Youki Oneyama(JOPS)
HAIR&MAKE__Satoko Nishida(infinite)
MODEL_Saki Kagami

イイ女を学ぶ

鎖骨&ウエスト出しで メリハリ魅せBODY

デニムサロペもモノトーンリーフと肌見せバランスで大人かわいいに。 ペイントリーフショートトップス¥6,490、ブレイドサスペンダーデニムショーパン¥10.990、マニッシュストーンピアス¥1,990、クロスメッシュチョーカー¥1,990、クリアコンビオープントゥパンプス¥11,990／すべてRESEXXY

カジュアルな印象の デニム素材も シルエットでSEXYに

デニム素材もシャツワンピならクールに品を持たせてくれる。コクーンシルエットで美脚効果もプラス。デザインデニムシャツワンピース¥5,990、スマートラインクロスサンダル¥9,990／ともにRESEXXY

PHOTO_Junji Moroi(ROOSTER) **HAIR&MAKE**_Cocoro Yusa(PEACE MONKEY)
STYLING_Mizuki Nakano **MODEL**_Sayaka Araki,Rina Sakurai,Kana Sugiyama,Sayo Hayakawa
EDIT&TEXT_Tomomi Okudaira

私たちの最愛グラマラスブランド

RESEXXYで

異性への媚びは意識せず、自分をキレイに魅せることはとことん追求！　TPOに合わせてグラマラスとフェミニンの二面性を使い分けて春コーデを楽しんで。

上品な露出で魅せる大人のデニムスタイル

ロコな雰囲気をまとうショートトップスとウエストカットのバランス比は、視線を釘付けにすること間違いなし！　サイドフラワートップス¥5,990、ウエストカットパギンス¥9,990、ラインパールネックレス¥1,990、アコーディオンBAG¥9,990、クロスポイントサンダル¥10,990／すべてRESEXXY

サイドフラワーなら甘すぎず大人に柄を着こなせる

今季注目のフラワープリント。サイドに施された色とりどりの花は360度いい女に♪　フレアシフォンタンクトップ¥5,490、サイドフラワータイトスカート¥6,490、キャンディーシルエットピアス¥1,990、キャンディーシルエットネックレス¥2,490、ポイントクロスサンダル¥10,990／すべてRESEXXY

シンプルなニットも
ブラトップでヘルシー肌見せ

肌が透けて見えるルーズニットの着こなしは、タイトに合わせてメリハリを。できる女の余裕を感じる上級コーデで差をつけて！　ベーシックブラトップ¥2,490、サマールーズニット¥5,990、ポンチタイトスカート¥5,990、クロスメッシュチョーカー¥1,990／すべてRESEXXY

カジュアルなイメージの
ヒッコリーも
フリルでフェミニンに昇華

ヒッコリースカートもRESEXXYなら女度が高い上品スタイルへと変化。ボリュームフリルタンク¥5,990、レディヒッコリースカート¥7,990、ランダムパールネックレス¥2,990、アコーディオンBAG¥9,990、クロスポイントサンダル¥10,990／すべてRESEXXY

すべての視線をからめとる
ペールピンクの誘惑

ウエストラインにシフォンが涼しげなセットアップワンピ。可愛さを引き出すニットとピンクは大人の女性をも魅了。SUMMER KNITシフォントップス¥5,990、SUMMER KNITスカート¥5,990、トーンパールネックレス¥1,990、トーンパールブレス¥1,990、クロスポイントサンダル¥10,990／すべてRESEXXY

カラーブロッキングワピースは 1アイテムでオシャレ度UP

ビジューをあしらったカーデをプラスして王道愛されスタイルに。
カラーブロックワンピース¥6,490、ビジューボタンカーデ¥4,990、マカロンカラーピアス¥1,990、マカロンカラーネックレス¥1,990、クロスポイントサンダル¥10,990／すべてRESEXXY

女であることを意識する レースとフラワーの競演

花をあしらったボーダーワンピにレースをまとった上品スタイル。ペールブルーのカチュームで抜け感をプラス。レースフラワーボーダーワンピース¥7,990、デニムライクカチューム¥2,490、ドールジュエリーピアス¥1,990、ドールジュリーネックレス¥1,990、クロスポイントサンダル¥10,990／すべてRESEXXY

自然と脚長に見せる 秘儀ペプラムマジック

ウエストマークを高く見せるペプラムは、カラーアイテムを取り入れてトレンド感を。カットペプラムトップス¥5,490、カラーレースショーパン¥6,990、シンプルパールトゥピアス¥1,990、ミニモチーフネックレス¥1,990／すべてRESEXXY

背中の大胆なデザインが後ろ姿美人にアップデート

女性のキレイな部分をおしみなく魅せる最強ワンピースの登場。　レディボーダーニットワンピース¥7,490、トリプルスクエアピアス¥1,990、クリアコンビオープントゥパンプス¥11,990／すべてRESEXXY

オフショルからのぞく愛され女の野望

グラデカラーのニットが鎖骨や体のラインをキレイに魅せる。　3カラーオフショルニットワンピース¥6,990、メニースクエアビジューネックレス¥2,990、マニッシュカラーBAG¥9,990、クリアコンビオープントゥパンプス¥11,990／すべてRESEXXY

ランダムボーダーで人と差をつけるクールスタイル

トップスを変えてストライプをアレンジ。（右）バルーンギャザートップス¥5,990、ランダムストライプショートパンツ¥6,990、ダブルカーブネックレス¥1,990／すべてRESEXXY（左）Vオフショルショートトップス¥4,990、ランダムストライプスカート¥6,990、スティックシャイニーピアス¥1,990、スクエアマニッシュバングル¥1,990／すべてRESEXXY

幾何学柄のデザイン位置のこだわりでスタイルUP

ホワイト×幾何学模様がワンランク上のおしゃれに見せてくれる!　シースルーのブルゾンから透ける肌がセクシー。モチーフ切替タイトワンピース¥6,990、エアリーソフトブルゾン¥7,490、モノトーントライアングルネックレス¥2,490／すべてRESEXXY

パネル柄ワンピースで上品且つ印象に残るいい女へ

スカーフのようなゴージャスなプリントが目を引くタンクワンピ。大人のセクシーが発揮されるワンピには、ゴールドのアクセがよく似合う!　パネルプリントタンクワンピース¥6,990、カーブスティックネックレス¥1,990、ピアス¥1,990、ランダムカーブリング¥1,490、センターボールリング¥1,490／すべてRESEXXY

グラデーションが織り成す 上質バランスコーデ

ボーイズデニムとグラデトップスで甘さと辛さをブレンド。ワンピで妖艶さを醸し出しても♪（右）グラデーションボーダートップス¥5,490、RESEXXY JEANSボーイズパンツ¥13,990、ラバーバンドサンダル¥7,990／すべてRESEXXY（左）グラデーションボーダーワンピース¥6,990、ダブルカーブネックレス¥1,990、マニッシュカラーミニBAG¥4,990、クリアコンビオープントゥパンプス¥11,990／すべてRESEXXY

この夏重宝する コンビワンピースNo.1

それだけで女度もオシャレ度も上がるワンピースは小物で人と差をつける。シースルーのハットが暑さを和らげてくれそう。デニムシフォンコンビワンピース¥7,990、サークルパールネックレス¥1,990、シースルーボーダーハット¥6,990／すべてRESEXXY

リーフ柄×ホワイトは 小物にカラーを差すと こなれ度UP

夏を感じるサマーリーフをさらりとまとって。(右) サマーリーフワンピース¥7,990、サマーニットヘムカーデ¥6,490、ポイントオープンサークルネックレス¥2,490、フープシャイニーピアス¥1,990、ラバーバンドサンダル¥7,990／すべてRESEXXY (左) エアリーフレアキャミ¥4,990、サマーリーフハイウエストショートパンツ¥6,990、メニースクエアビジューネックレス¥2,990、バイカラークラッチバッグ¥5,990、クリアコンビオープントゥパンプス¥11,990／すべてRESEXXY

同じフラワーモチーフも着こなしで二面性をGET

フェミニンなフラワー柄をクールに着こなすならはおりは辛くがおすすめ。（右）ブリリアントフラワーワンピース¥7,990、キュービングネックレス¥1,990／すべてRESEXXY（左）ブリリアントフラワーキャミ¥5,990、パールレディシャツ¥6,490、サイドカットショートパンツ¥8,990／すべてRESEXXY

ウエストマークの技ありベルトで美ライン

美シルエットに体を矯正してくれるデザインワンピース。シースルーのはおりで気になる部分もカバー。フラワーデニムライクコンビワンピース¥7,990、シアーロングカーデ¥4,990、キューブピアス¥1,990、マカロンカラーネックレス¥1,990／すべてRESEXXY

6月発売の水着は入荷連絡で必ず手に入れて♥

ヒップの位置を高く見せるバックリボン、胸元を豊かに見せてくれるフリル。胸元のフラワーは女度をUPしてくれる。（右）フラワーフリルビキニ¥14,990、クロスポイントサンダル¥10,990（真ん中）ライトリーフビキニ¥12,990、ポイントクロスサンダル¥10,990（左）ランダムボーダービキニ¥12,990、クリアコンビオープントゥパンプス¥11,990、リング¥1,990／すべてRESEXXY

INFORMATION

Instagram RESEXXY_OFFICIAL
Twitter @RESEXXY
Facebook @RESEXXY
BLOG
【RESEXXY MODELS】で検索♥

荒木の載 其の壱

タイトルはまだない（募集中）。

おっすオラ荒木。私の連載が始まるということでかっこいい企画名にしたいのに思い浮かばず、第1回目から編集担当さんにこんなことにされた（笑）。というわけで、この連載の企画名を募集！ プレゼント応募のハガキにタイトル案を書いて送ってね。採用された方には…なんか考えとく。毎回テーマを変えて、私が今伝えたいことを伝えるページだよ。よろしく♡

EDIT&TEXT_Haruka Noda

今回のテーマ

「私の半分は海外でできている。」

私にとって海外に行くことはもう特別なんかじゃない。それがライフスタイル！ 国に惹かれるようになったのはDJをやり始めてから。音楽が世界を見せてくれたなって本当に思うよ。そんなわけで今回は去年の旅行記。2014年は11カ国15カ所をまわったよ!! 携帯なくし病だから一部の写真しかないんだけど、私のはっちゃけぶりをご覧ください♡

●●●●● docomo LTE 11:42 87%
Notes
2014年12月17日 23:53
✈✈2014 trip✈✈

Newyork
Barcelona
Korea
Hongkong
Bahamas
Australia
Ibiza
Singapore
Amsterdam
Cebu
Shanghai
Mexico
Miami
Hawaii
Belgium

イビサ

7月に行ったのに8月にも行っちゃった。本気で住みたい。音好きにはたまらんよ！ 大好きなHardwellと一緒に撮った写真は宝物。今も待ち受けにしてる♡

マイアミ

3月末にUMFに行ったとき。ここの空気感は超最高！ 何してても楽しいの。

アムステルダム

7月半ば。イビサに行く前に立ち寄ったよ。街並みがかわいーの♡ 建物がいちいちオシャレでさ。また今度ゆっくり来たい。

ベルギー

トゥモローランド最高♡ 一個人じゃなく"日本人"としてみなされる以上、なめられたくないから派手に！

メキシコ

タコスゥ〜って感じっしょ（謎）。国旗持って、日本人アピールしてきた。すんげぇ写真撮られる。ニップレスってすごい。

ハワイ

仕事で行ったよ。無難なとこ〜（笑）、って言っても行ったら行ったで楽しくて、一人だけ残って延泊しちゃったよね。一人ビーチでお酒飲みながらのんびりするのも好きなんだ。

セブ

海〜。DJしに行ったの。他はクラブ行ったり離れ島行って自然に触れたり。

オーストラリア

2月末。フェスが2連続であったから行ってきたよん。フェス以外の時間は何もしてなくて、ぼーっとしてる。このときはポールダンサー的衣装で。

シンガポール

12月にフェスで行ったよ。ベイサンズのプールで撮った写真。んー、私的にはあんまり響かなかった国…。やっぱアメリカやヨーロッパの空気が好き。

バハマ

なんかすげぇ国。マイアミ前に立ち寄った。結果どこ行っても海が好き。

さやか心の俳句

帰国後は、
100パーセント、
具合悪い

3月は逆流性食道炎になった。撮影中、無理やりご飯食べる絵でお別れよ。また次号でね。

バルセロナ

サグラダファミリアの迫力、やーばい。8月のイビサ前に行ってきたよ。

韓国

普段あったかい国に行くのに珍しく寒い韓国へ。偶然友達に会って世界の狭さを感じた。

マカオ

香港からのここに来たよ。ヴェネチアンホテルで撮った写真。そしてマカオといえばアレ。豪快に負けたのは内緒。

トップスはふんわり、ボトムスはタイトのメリハリが色っぽい

レース×レースの合わせが新鮮でドレッシー。フリルトップス¥5,900、スカート¥5,900、ピアス¥1,500／すべてLIP SERVICE

セクシーなコルセットキャミはタイトスカートでレディーに

露出度の高い服はモノトーンでまとめれば上品なエロ美人が完成。キャミソール¥6,200、スカート¥6,400、ピアス¥1,500／すべてLIP SERVICE

新生
LIP SERVICE
エロく、強い

“かわいい”よりも「キレイ」。“甘い”よりも「クール」がいい。媚びて生きていくよりも、意志の強い自分でいたい――。
そんな強気レディにはLIP SERVICEのエロさがぴったり。
着る人の魅力を最大限に引き出してくれるから、勝負の日にだって、強い味方になってくれるはず。

PHOTO_Tooru Haneda(biswa.) **HAIR&MAKE**_Yuko Nozaki **STYLING**_Satoko Fujita **MODEL**_Sayaka Araki,Kanae Sugiyama **EDIT&TEXT**_Haruka Noda

［RIGHT］

レースの妖艶さがあればあえてノンアクセがドレッシー

オールブラックだからAラインスカートが子供っぽくならない。ワンピース¥6,900／LIP SERVICE

［LEFT］

飾りを入れないシンプルな着こなしはお姉さんしかできない武器

クリーンな白トップスと合わせることで狙った感のない着こなしに。チュニック¥5,900、スカート¥5,900、サンダル¥9,500、ピアス¥1,500／すべてLIP SERVICE

Sweet Rouge Lady

［RIGHT］

ガーリーなピンクは小物使いでエロく昇華して

シャープさのあるアクセと靴で甘さを中和。チュニック¥5,900、スカート¥5,900、ネックレス¥2,000、サンダル¥9,900／すべてLIP SERVICE

［LEFT］

ブルー×パープルの寒色なら落ち着きのある大人の女に

ビビッドな赤をプラスすることで淡色コーデが引き締まる。チュニック¥5,900、スカート¥5,900、ネックレス¥2,000、ピアス¥1,500、サンダル¥8,500／すべてLIP SERVICE

露出の中にカッチリアイテムを投入して頼れるお姉さん風

ダンガリー素材のジャケットは季節感も漂ってオシャレ。ジャケット¥10,000、ワンピース[ベルト付き]¥7,200、ネックレス¥2,000、バッグ¥7,500／すべてLIP SERVICE

ルーズに羽織ったカーデで魅力的な隙を作る

ボーダーだってレースがプラスされれば艶っぽく。ワンピース¥7,900、カーディガン¥7,200、バッグ¥8,300／すべてLIP SERVICE

甘さのある花柄を着るなら大判模様でセクシーに

ハイウエストデザインのスカートがスタイリッシュ。トップス¥6,400、スカート¥6,400、ネックレス¥2,000／すべてLIP SERVICE

シフォンのふんわり感で触れたくなる情欲を引き出す

ウエストのくびれも強調できるデザイン。さりげなく見せる曲線美に視線集中。ワンピース¥8,900／LIP SERVICE

INFORMATION 2週連続ノベルティーフェア開催!!

4/24 (Fri.)〜

4月24日よりLIP SERVICE全店にて税込¥12,000以上のお買い上げでタオルが、税込¥16,000以上のお買い上げでルームウェアがもらえる!（※なくなり次第終了です）

5/1 (Fri.)〜

5月1日よりLIP SERVICE全店にて税込¥13,000以上のお買い上げでポーチがもらえる!（※なくなり次第終了です）

【LIP SERVICE WEB SITE】
http://lipservice.jp/

【Instagram ID】
lipservice_official

総柄・ビタミンカラー・スポーティーが今季の旬!!

\最新/靴&バッグはインパクトデザインが正解♡

今期の小物は派手がイイ♡　私たちが日常的に愛するブランドには、まだまだこんなにかわいいアイテムがありました！　いつもは無難な色を選びがちな人も、春夏らしい色を取り入れてみて。

PHOTO_Junji Moroi(ROOSTER)[MODEL],Nobuyuki Sasaki[ITEM]
HAIR&MAKE_Yuko Nozaki
STYLING_Tomoko Fujita
MODEL_Sayo Hayakasa,Saki Kagami
EDIT&TEXT_Haruka Noda

※プライスの前に記したカッコ内数字はヒールの高さ及びバッグのサイズです。また数値は編集部調べ、単位はcmです。

ブルー×ピンクのポップな色合いもピンヒールなら大人

スケルトンデザインが今年らしく斬新♡　パンプス（9）¥14,500／ダイアナ 銀座本店　ジャケット¥9,500、キャミソール¥5,000／ともにrienda（バロックジャパンリミテッド）　パンツ¥1,999／GRL　ブレスレット¥1,800／Grandedge 渋谷109店

美脚派さんはover7cmが鉄則♡

ヒール靴

女らしいディテール×遊びのあるデザインのMIXが多め！　人気復活のポインテッドパンプスはとにかく華奢に。ウェッジや太ヒールはとにかくボリューミーが今年っぽい♡

A モノトーンのバイカラーがクール。（14）¥11,990／RESEXXY 渋谷109店
B コルクonコルクの斬新なデザイン！（13）¥11,800／DURAS
C 今年定番の形はデニムで新鮮に。（11）¥8,500／LIP SERVICE
D かかとのカバーがおしゃれ♡（9）¥14,500／ダイアナ 銀座本店
E 連ストラップがセクシー。（10.5）¥11,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）
F クリア切り替えが涼しげ（10.5）¥10,800／EGOIST ルミネエスト新宿店
G トリコロールカラーが大人。（9）¥14,500／ダイアナ 銀座本店
H コーデのアクセントに◎♡（10）¥15,000／ダイアナ 銀座本店
I 大人マリンが叶う一足。（12.5）¥9,500／LIP SERVICE
J 流行りのパームツリー柄。（14）¥8,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店
K こんな柄なら気張らず履ける。（9）¥5,900／R&E
L カジュアルなゴム底はあえてスカートと。（11.5）¥6,900／R&E
M 攻撃的な赤でエロく。（11.5）¥12,800／EGOIST ルミネエスト新宿店
N これひとつでコーデが華やか。（13）¥15,000／Delyle NOIR 渋谷109店
O サボもレースならレディ。（13）¥7,900／R&E

楽チンなのに女らしいデザイン勢揃い

フラットシューズ

ポインテッドのぺたんこなら脚を
スマートに見せてくれるし、
なにより女っぽい♡　去年流行った
スポーティーサンダルはデザインがさらに
進化して登場。いち早く取り入れて！

**メタリックの派手さが
辛口コーデに
仕上げてくれる**

フラットシューズ¥2,220／GALSTAR
カーディガン¥6,500／MIIA　サロペット¥8,900／ROYAL PARTY　ハット¥5,990／RESEXXY 渋谷109店
ネックレス¥1,800／Grandedge 渋谷109店

A フラットの地味さを回避！ ¥12,000／ダイアナ 銀座本店
B 6cmヒールだからミクロさんに最適♡¥6,900／R&E
C これ1足でコーデがハッピーに。¥2,776／GALSTAR
D 夏らしさ先取り！¥6,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店
E はき回し力もバツグン。¥3,900／ヌオーヴォ
F 今年っぽいオールメタリック。¥7,900／ESPERANZA ルミネエスト新宿店
G レースアップシューズも柄次第でかわいらしい。(4) ¥12,000／POOLSIDE ルミネエスト新宿店
H 白×メッシュが涼しげ。¥5,900／R&E
I タッセルが上品。¥13,500／ダイアナ 銀座本店
J 切り替えメタリックがハンサム。¥2,220／GALSTAR
K リゾート感満点のエスパ。¥2,299／GRL

色柄で自分らしさをアピールして

スニーカー

もはやお姉さんたちの間でも、
楽チンという以上におしゃれに欠かせない
アイテムとなったスニーカー。この春夏は
ゴツめのものよりシンプルな
形のものをサラッとはきこなして。

**甘口アイテムにこそ
定番ハイカットスニーカーがなじむ**

スニーカー¥5,300／コンバースインフォメーションセンター　ニットベスト¥2,220、スカート［参考商品］／ともにGALSTAR　腰に巻いたGジャン¥10,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）

A ユーズド感のある色味。¥6,000／コンバースインフォメーションセンター
B リボンみたいな紐がアクセント。¥2,399／GRL
C パステルカラーが珍しい。ニューバランスのスニーカー¥15,800／シャルロット
D メンズライクなストライプ。¥6,500／ヴァンズ ジャパン
E ピンクならガーリーワンピにも◎♡¥6,000／コンバースインフォメーションセンター
F ラベンダースニーカー¥4,200／ヴァンズ ジャパン
G 大判花柄がゴージャス。¥10,000／POOLSIDE ルミネエスト新宿店
H 服を選ばずはける。¥7,000／コンバースインフォメーションセンター
I 見るたびに心トロピカル♡¥7,500／ダイアナ 銀座本店
J ストライプとフラワーの最強MIX。¥5,900／R&E

どんなコーデもスタイリッシュに見せてくれる

クラッチバッグ

美人は荷物が少ないとはよく
言ったもの。クラッチでコンパクトに
まとめるだけでおしゃれ度がグッとアップ。
ビタミンカラーや夏らしいラフィア素材はいち早く取り入れて。

Aリゾートワンピと合わせたい。（24×33）¥4,500／DURAS
Bコーデが物足りないときに主役になってくれる。（21×30）¥3,900／シャルロット
C甘くもクールも持てるミラー加工のメタリック。（13×25×4）¥8,900／EGOIST ルミネエスト新宿店
Dべっこうのバックルがアクセントに。（19×34×5）¥12,000／ダイアナ 銀座本店
E大胆フリンジもこの色なら取り入れやすい。（21×31×9）¥5,500／DURAS
F持ち方は2way。（14×27×5）¥2,799／GRL
Gサラッと持てるラフ素材。（25×36）¥5,900／EGOIST ルミネエスト新宿店
H手の込んだ刺繍素材はクラシカルに持てる。（18×30×3）¥13,000／ダイアナ 銀座本店
I広げればハンドバッグとしても使える。（14×19×8）¥7,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）

カジュアルなコーデにこそ
小洒落たミニクラッチが◎

クラッチバッグ（16×26×5）¥7,900／ROYAL PARTY　ジャケット¥3,054、パンツ¥1,850／ともにGALSTAR　ニット帽¥1,000／Grandedge 渋谷109店

エレガントに持てる

コンパクトバッグ

クラッチバッグとは違う
スタイリッシュさを作り出してくれる
ミニサイズバッグ。どんなデザイン
だろうと上品に、洗練して見せてくれるから
ちょっと着飾りたい日にぴったり♡

Aコロンとしたボストン型。（20×23×11）¥6,500／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店
Bカチッとしたデザインならオレンジもラグジュアリー。（19×21×9）¥10,500／ダイアナ 銀座本店
Cショルダーとしても下げられる。（22×21×12）¥9,940／SLY（バロックジャパンリミテッド）
Dヴィヴィッドなブルーが夏らしい。（18×28×9）¥4,600／セシルマクビー ルミネエスト新宿店
E巾着バッグとしてもリュックとしても。（28×24,5×13）¥8,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）
F蓋を上で止めるタイプは使いやすさ抜群。（19×23×6）¥2,599／GRL
Gパイピングチェーンバッグ（15×20×8）¥7,500／LIP SERVICE
Hバービーちゃんみたいなビビッドピンクが♡（18×22×8）¥7,300／LIP SERVICE
Iハートの鍵止めに釘付け♡（18×26×10）¥4,500／セシルマクビー ルミネエスト新宿店
J目の覚めるようなブルーに気分も上がりそう。（22×22×7）¥6,990／RESEXXY 渋谷109店
K肩からかけても斜めがけしてもサマになる（28×30×15）¥6,900／EGOIST ルミネエスト新宿店
Lやさしいラベンダーが色っぽい（23×30×9）¥9,990／RESEXXY 渋谷109店

頑張った感が
出ないのが
ミニバッグの魅力

バッグ（16×23×11）¥21,000、ローファー¥15,000／ともにダイアナ 銀座本店　ニット¥1,294、パンツ¥1,480、腰に巻いたシャツ¥1,850／すべてGALSTAR　サングラス¥3,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ネックレス¥2,300／Grandedge 渋谷109店

荷物が多い人に嬉しい

大容量バッグ

一番便利で利用頻度の高い
デカバッグ。面積が多い分、ディテールは
シンプル、色柄でポップに見せるのが
服を選ばず持てるポイントに。
ゴールド金具使いのものがトレンド♡

露出の多い夏コーデには大判トートがよく似合う

バッグ（29×43×14）¥9,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）　ベアトップ¥5,900、ショートパンツ¥5,900／ともにDelyle NOIR 渋谷109店　ハット¥4,900／ROYAL PARTY　イヤリング¥1,800、ブレスレット¥1,600／ともにGrandedge 渋谷109店　サンダル（8）¥15,000／ダイアナ 銀座本店

A発色の良いパープルが魅力的。（24×32×11）［参考商品］／Delyle NOIR 渋谷109店
Bポケットが多くて機能的。（20×31×14）¥9,990／RESEXXY 渋谷109店
Cクタッとしたトートは畳んでクラッチ風にも使える。（31×48×30）¥4,900／DURAS
Dめずらしいピンクデニム。（19×30×17）¥7,900／Delyle NOIR 渋谷109店
Eラフィアバッグは白パイピングなら上品に持てる（28×48×16）¥12,000／ダイアナ 銀座本店
Fブルーの花柄が爽やか。（28×40×13）¥7,500／MIIA
Gトリコロールはラフに持って。（23×32×11）¥2,599／GRL
H小旅行にも便利なボストン。（25×42×13）¥7,900／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店
I透き通るようなブルーはオンオフ両方使える。（27×33×13）¥8,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）
Jコーデを大人っぽくまとめてくれる。（21×33×14）¥9,500／Delyle NOIR 渋谷109店
Kカッチリバッグにデニムが好相性。（19×28×12）¥8,500／LIP SERVICE
Lどんなスタイルも上品に変換。（25×40×11）¥8,500／LIP SERVICE
Mチェーンがゴージャス。（18×23×11）¥8,990／RESEXXY 渋谷109店
N高級感のあるカットワークが可憐。（23×40×16）¥14,000／ダイアナ 銀座本店
Oシンプルなのにハード感のあるレザーバッグ。（26×38×12）¥10,800／EGOIST ルミネエスト新宿店
Pビーチでも使える大容量トート。（31×31×18）¥8,500／DURAS
Qシンプルコーデのスパイスに。（30×52×16）¥7,900／EGOIST ルミネエスト新宿店
Rポイント使いに適した重厚感。（18×28×10）¥2,999／GRL
S '70sの上品レトロが叶う。（24×32×10）¥6,900／ROYAL PARTY
T夏のレジャーで大活躍 。（27×48×16）¥4,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店

かなえ×ボタニカル柄

リゾート感漂うこの柄は今年っぽさNo.1♡　思い切ってワンピースで着るもよし、小物でさりげなく投入するもよし。白やグレーと合わせてビーチに似合うスタイリングに仕上げてね♡

イエロー小物との相性がハッピーオーラ全開に

白×デニムの定番コーデが新鮮に。SAMUDRAのクラッチバッグ￥10,000、SAMUDRAのネイビーロゴキャップ￥4,862／ともにトコパシフィック　ベアトップ￥5,700／LIP SERVICE　パンツ￥6,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　イエローパンプス￥10,800／DURAS

ガーリーなコットンフリルが途端にリゾート仕様

オールホワイトコーデのアクセントに。プリントエスパドリーユ￥5,900／Avan Lily（バロックジャパンリミテッド）　オールインワン￥8,900、ストローハット￥8,900／ともにDURAS

インパクト大の赤もブルーとのMIXならさわやか

ワイドパンツのオールインワンはシンプルに着てセレブ風に。オールインワン￥9,940／ＳＬＹ（バロックジャパンリミテッド）　クラッチバッグ￥4,500、サンダル￥11,800／ともにDURAS

トロピカルなオレンジはジャケットをオンすれば普段使いも◎

Aラインワンピもこの柄なら子供っぽさ回避。ワンピース￥5,900／EGOIST ルミネエスト新宿店　Gジャン￥7,500／LIP SERVICE　バッグ［チェーン付き］￥7,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）

セクシーなタイトワンピをスポーティーに変換

タイトワンピに羽織ればワイルドなクールレディに。プリントブルゾン［リバーシブル］￥6,900、サングラス￥2,900／ともにAvan Lily（バロックジャパンリミテッド）　ワンピース￥6,990／RESEXXY 渋谷109店

に着こなしたい♡

色のものがトレンド!!

象に負けず、大人でセクシーに着こなすコツをレクチャーします♡　さやか、かなえに加え、人気急上昇中の青木りえさんも登場★

yama　EDIT&TEXT_Haruka Noda

さやか×
カジュアルボーダー・チェック柄

365日いつでも着られるこの柄、この春夏はカラーものをチョイスしてアメカジっぽく着こなして♡　スポーティーな要素が強いから、女らしいアイテムに合わせるのがマスト！

グリーン×ピンクのヴィンテージカラーは黒でまとめてスマートに

ライダースの強さでこってり感を抑えて。グリーンチェックシャツ¥4,390／RCWB（バロックジャパンリミテッド）　ジャケット¥9,900／SPIRALGIRL　スカート¥5,500／LIP SERVICE　クラッチバッグ¥8,000／one way

デイリー感のあるボーダーは強めパンプスで女っぽくまとめて

オフショル&七分袖の女らしいシルエットもポイントに。ボーダーカットソー¥4,700／EGOIST ルミネエスト新宿店　NANING9のパンツ¥7,778／トコ パシフィック　ヴィンテージCHANELのバッグ¥184,075／Qoo　パンプス¥14,000／ダイアナ 銀座本店

星条旗モチーフのボーダーはとことんアメカジに

足元のインパクト大だからスウェットのゆるコーデもスパイシー。VANSの国旗柄スニーカー¥6,000／トコ パシフィック　パーカー&スカートセットアップ¥6,400／セシルマクビー ルミネエスト新宿店　ニット帽¥3,900／Avan Lily（バロックジャパンリミテッド）

リゾート風に　カジュアルに　レトロに　フェミニンに

今季は例年より派手でポップな柄服を大人セクシー

空前の柄ブーム!!　1アイテムでインパクトが強い分、その印象に引っ張られてコーデがマンネリ化しちゃう、と悩んでない？　柄の印

PHOTO_Tooru Haneda(biswa.) **HAIR&MAKE**_Yusuke Kasuya(Addict Case)[KANAE,RIE] Jungen Iwamoto[SAYAKA] **STYLING**_Yoko Tsutsui(PEACE MONKEY) **MODEL**_Sayaka Araki,Kanae Sugi

さやか×
レトロモチーフ柄

'70s、'90sリバイバルに合わせて、レトロな着こなしをするのも今あえて新鮮♡　レトロ感を彷彿させる柄＋ヴィンテージ感のある小物を合わせるだけで一癖あるスタイリングに！

シャビーな素材のストライプなら甘いリボンもノスタルジックに

女優帽とレザーバッグでレトロ感をプラスして。ストライプキャミソール¥8,300／ジュジュエッタ　ショートパンツ¥8,500、ネックレス¥2,750／ともにrienda（バロックジャパンリミテッド）　帽子¥2,800／Grandedge 渋谷109店　バッグ¥5,900／SPIRALGIRL

ダスティーカラーの小物を差せば本気のレトロガール

白フチサングラスがより"らしさ"を高めてくれる。ギンガムチェックスカート¥5,900／LIP SERVICE　カットソー¥4,900／Delyle NOIR 渋谷109店　LURIのバッグ¥14,000／トコ パシフィック　サングラス¥2,500／DURAS　サンダル¥11,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）

まろやかなドットは派手ピンクを合わせて'70sバービーちゃん風に

思い切ったお腹出しもデニムとならフレッシュ。ドットブラウス¥4,900／SPIRALGIRL　パンツ¥13,990／RESEXXY 渋谷109店　ヴィンテージCHANELのバッグ¥91,482／Qoo　パンプス¥11,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）

青木りえさん×
インパクト花柄

花柄＝ガーリーなイメージが強いけど、モチーフの大きいもの、そして水彩画風のぼかし柄を選べば大人っぽくセクシーに着られる♡　ファッション企画初登場のりえにも注目★

広島の看護学生（29歳／広島県）
独身・子供なし
青木りえさん

ベビードール風の甘エロトップスは黒で引き締めて

甘辛のメリハリをはっきりさせるとセクシーさが際立つ。花柄キャミソール¥5,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）　スカート¥5,547／RESEXXY 渋谷109店　ネックレス¥3,500／LIP SERVICE

パンツで取り入れればワンランク上のデキる女風に

後ろ姿のビッグリボンがパンツスタイルとの良いギャップに。花柄パンツ¥8,900／DURAS　カットソー¥5,500／DaTuRa 渋谷109店　クラッチバッグ¥6,500／ジョワナリエ ルミネエスト新宿店　ピンクエナメルサンダル¥9,900／LIP SERVICE

レモンイエローのフレッシュさが柄を軽やかに

小物でカジュアル感を取り入れて。花柄タイトスカート¥6,750／rienda（バロックジャパンリミテッド）ニットトップス¥6,200／LIP SERVICE　ハット¥2,800／Grandedge渋谷109店　バッグ［ショルダー付き・参考商品］／one way

色気あふれるタイトミニにはラフアイテムをプラス

Gジャンはカチッと着るよりも肩から羽織って艶っぽく。花柄ワンピース¥6,473／RESEXXY 渋谷109店　Gジャン¥12,500／rienda（バロックジャパンリミテッド）　バッグ［価格未定］／Delyle NOIR 渋谷109店　サンダル¥6,900／R&E

フェミニンなアンサンブルはパンツと好相性

白×ブルーで統一すればクリーンにまとまる。花柄カーディガン¥6,500、ニットトップス¥4,900／ともにEGOIST ルミネエスト新宿店　パンツ¥9,500／DURAS　バッグ¥7,900／Delyle NOIR 渋谷109店　パンプス¥14,500／ダイアナ銀座本店

私たちに欠かせないのは“色っぽさ”

riendaで作る“セクシーな”かわいいとカジュアル

華やかでかわいらしいアイテムでも、セクシーな雰囲気を作り上げてくれる rienda。この春打ち出すテーマは「Happy&Sensual」で、Sensual ＝官能的という意味。色っぽさが欲しい私たちにとって、よりどころ的存在になってくれること間違いなしです♡

PHOTO_Junji Moroi(Rooster) **HAIR&MAKE**_Yuko Nozaki
STYLING_Satoko Fujita **MODEL**_Saki Kagami
EDIT&TEXT_Haruka Noda

トレンディな水彩花柄はビタミンカラーなら強イイ女に

小物も明るい色でまとめて“無難”を作らないのが強く魅せるポイントに。ワンピース¥7,250、バッグ¥7,500、ピアス¥2,000、サンダル¥11,500／すべて rienda（バロックジャパンリミテッド）

ルーズなロングカーデが色っぽい隙を作ってくれる

クラッシュデニムだって女らしいアイテムと合わせればセクシーに着こなせる。カーディガン¥7,500、キャミソール¥5,000、デニムパンツ¥12,000、チョーカー¥1,750、サンダル¥12,500／すべてrienda(バロックジャパンリミテッド)

露出の多いミニワンピはカジュアル素材でサラリと着る

バストラインを覆い、デニムのラフさを身につければベアワンピだってやりすぎに見えずセンシュアル♡　ワンピース¥7,500、多連ブレスレット¥2,500／ともにrienda(バロックジャパンリミテッド)

完成形はコレ!

目元を隠すように流れるカールが危うげでセクシー

最初にブローでしっかり生え際を立ち上げれば、流行のかき上げ前髪もカンタン! フェイスラインを隠すように外巻きカールを作るのも、色っぽさの秘訣です♥

作り込まないのがコツ!

細かくレクチャー!

ベーシックなゆるふわ巻きの作り方

Use items

使うものはコレ

38ミリのコテ
ロングのコには大きめに巻ける38ミリがおすすめ。アイビルDHセラミックアイロン38ミリ/ヘアメイク私物

ドライヤー
立ち上げ前髪を成功させるコツは、ブローで根元の流れを作ること。しっかり風量のあるドライヤーがおすすめ

キープスプレー
固まりすぎないものが◎。ロレアル プロフェッショナルパリ エルネット サテンNヘアスプレー/ヘアメイク私物

カールローション
巻きのニュアンスをキープしつつ、ダメージを防ぐ効果あり。アイビルDHプレカールローション/ヘアメイク私物

水スプレー
前髪の生えグセを水で濡らしてリセットしてからブローすると仕上がりに違いが★ 水スプレーでひと手間かけて。

作り方スタート

❶ 根元メインに!
前髪の生え際とトップ全体を水スプレーで濡らすよ。もともとの分け目やクセをリセットするために、根元を重点的に!

❷ 引っ張りながら
分けたい流れの逆向きにトップを分け、指で引っ張りながらブローする。正しく流したときに根元がふんわりするよ♥

❸ 生え際を立ち上げ!
トップを流したい方向に戻して、前髪をナナメ後ろに引っ張りながらブロー。根元にしっかり風を当てるのがコツ

❹
トップは濡らさないよう、耳から下にカールローションをオン。前髪にピンをつけて、立ち上げを固定しておいて★

❺ 外巻きにねじって
髪全体をざっくり上下に分け、下段から巻くよ。1回に巻く量は適当でOK。毛束を取ったら2~3回外向きにねじる♪

❻ 内巻きに 毛先を逃がす
コテを縦に持ち、外向きにねじった毛束を内巻きに巻く。根元まで巻かず、毛先は5cmほど逃がすとゆるさが出る!

❼ 内巻きにねじって
次の毛束をすくい、今度は内向きに2~3回ねじる。毛束をねじった方向と逆にコテで巻くのが無造作感の秘訣

❽ 外巻きに
コテを縦に持ち、⑦の毛束を外巻きに巻く。⑤~⑧の工程をくり返して、下段と前髪以外の上段を巻いていくよ★

❾ 前髪を立ち上げ
全体を巻いたら、コテを横にして前髪の根元をはさみ、スーッと後ろに滑らせる。これで前髪がふわっと立ち上がる

❿ 目の横を外巻き
仕上げに前髪を外巻きにする。目の横から巻き始めると、外巻きカールが目元にかかって色っぽさがグッとアップ♥

⓫ 根元にスプレー
前髪を巻き終わったら、逆側に流して根元にキープスプレーをオン。毛束ではなく、根元にかけるのがポイント!

⓬
最後に内側から手ぐしを通してカールをほぐす。柔らかい質感になるよう、巻いた部分にはスプレーはかけないで。

ぐるぐる巻きとも普通のゆる巻きとも違う、「ゆるふわ巻き」がこの春のNEWトレンド! こなれて見えて色っぽいゆるふわ巻き、どこより詳しくレクチャーします♥

PHOTO_Kousuke Nakashima (PEACE MONKEY) HAIR_Yuko Nozaki
EDIT&TEXT_Akiyo Nishino

はみんなこの巻き髪♥
るふわ巻き Lesson

いま、おしゃれなお姉さん

色っぽかわいいゆ

コツがわかる!
ダサくならない!
イイ女度20%増し!

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

Point 1
立ち上げ前髪
手ぐしでかき上げたようなラフな立ち上がりが理想。分け目はまっすぐとらず、適当でOK!

Point 2
前髪を目元にかける
ちょうど目のラインに外巻きカールを作ると、毛束が顔にかかってセクシーな雰囲気♥

Point 3
ほどよく崩れたカール
強く巻いた毛束はもう古い♢ カールをほぐして、触れたくなるような柔らかさを出して。

色っぽくて彼ウケ完璧♥

ワンピース¥7,990／RESEXXY 渋谷109店

Part 1
長さ別に
こなれ感の
コツを解説

ミディ&ボブの「なんかダサい」を解決！

ミディアム&ボブのゆるふわ巻きはこう作る

ミディアムは 巻きすぎに気をつけて古い印象をオフして！

ミディアム巻きは、トップから耳ラインにかけてしっかり立体感を出すとおしゃれ感アップ✧ 逆に、耳下は強く巻いてしまうと昔のOLっぽくなるので、ゆるめを意識して★

❶ 基本はロングの巻き方と同じだけど、下段の髪を巻くときに長めに毛先を逃がして、横に広がるのを防止★

長めに！

❷ トップ表面の髪は最後に巻いて。コテを横に持ち、根元まで入れ込んで巻くと分け目に立ち上がりがつくよ♪

❸ 仕上げに、ストレート感が気になる部分のみ毛先を巻き足す。このとき、内側よりも表面側の毛束を巻くと◎。

❹ ハードワックスを指に少しだけ伸ばし、トップの毛束をつまむようになじませて分け目の立体感をキープしてね♪

毛先にストレート感を残して外国人風のラフな仕上がりに

Point 1 トップ〜耳までの立体感

Point 2 内側はボリューム控えめ

専属モデル（30歳／東京都）独身・子供なし
加賀美早紀

コレをプラス！
ハードワックス
ホールド力の強いワックスでトップの立ち上がりをキープ！ アリミノ スパイス ハードワックス／ヘアメイク私物

ケーブルニット¥5,900／DaTuRa 渋谷109店

Medium

Point 1 表面に動きをつける

少女みたいにあどけないのに大人の色気も感じる華やかさ

ヨガインストラクター（29歳／東京都）独身・子供なし
真優川（まゆかわ）咲さん

Point 2 内側の毛先は外巻き

プリーツブラウス¥6,900／DaTuRa 渋谷109店 プリーツスカート¥5,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店

Bob

ボブは 広がりやすいのでボリューム感が大切！

長さがない分、ボブは横に広がってしまいがち。カール感も出しにくいから、ボサッと見えないよう表面や毛先にしっかりカールの動きをつけて立体感を強調するのがコツ！

❶ 髪を上下に分けて、下段の毛先を外巻きにする。コテを横に持って、首にそわせるように平巻きにしてね♪

外巻きに

❷ 上段をロングと同じ方法で巻いたら、トップの毛束を根元まで平巻きにして表面にふんわりと動きをつけて★

コテは横に！

❸ 分け目にパウダーワックスを振りかけて手ぐしでくしゅっとなじませると、ベタつかずに自然なボリューム感♥

コレをプラス！
パウダーワックス
マットな質感のパウダーワックス。根元の立ち上げに◎。シュワルツコフ オージス ダストイット／ヘアメイク私物

Part 2
ワンテクで印象をチェンジ!

コーデに合わせて似合う巻き方をチョイス!

巻きのテイストを変えておしゃれ感UP!

縦ラインを強調して上品に媚びない女らしさを演出♥

センター分け&表面のツヤを強調してカジュアルに!

マニッシュなパンツコーデには、華やかさを抑えた抜け感ヘアがお似合い。基本のゆるふわ巻きにスタイリング剤でツヤを与えるだけで、カジュアル感のあるスタイルに変身

ここをチェンジ!

❶ 基本のゆるふわ巻きを作ったら、分け目をセンターにチェンジ。きっちり分けず、後ろにかき上げて自然と分ける感じでOK★

❷ 耳ラインから毛先にかけてツヤ出しスプレーを吹きかけて。ジェルやオイルだと重たくなるので、スプレータイプがベスト!

❸ ブラシでとかして、スプレーをなじませる★ 程よくカールが落ちてツヤが出ることで、リラックス感のあるスタイルにチェンジ♥

Close up!

ルーズな巻きでも毛先のツヤが女らしさを強化

Casual

ニットチュニック¥4,600、サブリナパンツ¥4,600/ともにセシルマクビー ルミネエスト新宿店

モテもおしゃれも両立するアラサー的フェロモンヘア

毛先のカールを強める&Aラインでハデかわに!

ゆるふわ巻きをもっとガーリーにしたいときは、毛先にワンカールをプラス♥ さらにAラインに広げることでワンピや甘めコーデにハマるハデかわな巻き髪に進化するよ

ここをチェンジ!

❶ 基本のゆるふわ巻きを作ってから、毛先のみ平巻きで1回転内巻きを重ねていくよ。全体的に内巻きだけで巻いてOK!

❷ クッションブラシで軽く逆毛を立てて、毛先のカールをほぐしてね。全体をAラインに整えることで、甘さが強化される★

Close up!

全体はゆるく、毛先のみクルンと主張をつけて♪

Girly

専属モデル 桜井莉菜(31歳/東京都) 独身・子供なし

シフォンマキシワンピース¥8,900/セシルマクビー ルミネエスト新宿店

表面はふんわり＆毛先は動きをつけて！

Part3
アレンジも"ゆるふわ"がポイント！

ゆるふわベースの色っぽアレンジ♥

Yuru fuwa Sexy Arrange

ロング×フェミニン三つ編み

清楚で上品な三つ編みを大人仕様にアップデート✧

ハーフアップ状にまとめる！
❶ 耳から上の毛束をまとめて、ひとねじりしてピンで固定する★ ピンは下から上に向かってさすとしっかり固定されるよ♫

トップの毛束を引き出す★
❷ ピンで留めた部分が崩れないよう片手で押さえながら、トップの毛束を指でつまみ出して高さを出す！ 少しずつやると◎♥

毛先までゆるく三つ編みに✧
❸ 残りの髪をひとまとめにしてゆるく三つ編みにし、毛先まで編んだら細ゴムで固定♪ 毛先ギリギリまで編むとかわいい♥

無造作に編み目をゆるめる
❹ 片手でゴムを押さえながら、少しずつ編み目をゆるめてね。このとき、毛先側の編み目からゆるめるとキレイに仕上がる！

前髪と後れ毛を遊ばせる♪
❺ ワックスを指先に伸ばし、前髪と顔周りの毛束をつまんで動きを出す。後れ毛で耳を隠すことで、おしゃれな雰囲気に♥

レースレイヤードワンピース¥5,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店

ミディアム×うなじ見せねじりアップ

ほの甘いルーズな毛流れと華奢なうなじで女度を格上げ

サイドの髪を外ねじりに★
❶ 前髪と耳前の後れ毛を残し、トップの分け目から耳に向かって、サイドの髪をすくいながら外向きにねじっていくよ★

毛先までねじってエリ足で固定
❷ 耳から下は毛束を浮かせてねじって、エリ足の真ん中でピン留めする。左右同じようにねじって、ピンで固定してね✧

毛束を丸めて入れ込んで
❸ 残りの髪を3等分に分ける。1束ずつ毛先からクルクルとロール状に丸めながら、②で固定した毛束の内側に押し込む！

入れ込む！

アップにした毛束を固定！
❹ ③で入れ込んだ毛束をアメピンで固定してね。毛流れに対して平行にピンをさすと◎。はみ出た髪も適当に留めればOK！

花柄キャミソール¥5,990／RESEXXY 渋谷109店

ロング×ルーズおだんご

無造作なのに女らしく見える
彼の視線を奪う色っぽアップ

ショート丈トップス¥6,490／RESEXXY渋谷109店　サブリナパンツ¥4,600／セシルマクビー ルミネエスト新宿店

ラフなハーフアップを作る♡

❶ 写真のように顔周りの髪をざっくり残して、ハーフアップに結ぶ。トップからナナメ下に向かって髪を分けるのがポイント★

ハーフアップをくるりんぱ!

❷ トップをつまんで高さを出したら、ゴムと地肌の間に穴を作り、そこにハーフアップの毛先をくるっと入れ込んで引っ張る。

エリ足で半だんごにする★

❸ 顔周りの毛束を残してエリ足でポニーを作り、最後のひと結びで毛先をゴムから抜ききらずに、毛束を輪っか状にする♪

輪っかを崩しながらピン留め

❹ ③で作った輪っか部分を3〜4等分に割いて、バランスよくピン留め。毛先も散らしながらピンで留めてラフなおだんごに。

BACK　SIDE

ボブ×ポンパ風編み込み

カジュアルなおでこ出しは
編み込みと合わせて甘さ強化

前髪を入れ込んで編み込みに

❶ ポンパを作るときの要領で前髪を分け取り、後ろに向かってゆるく編み込みを作る。最初に取る前髪は少なめが◎

ざっくりと編み込んでいく♪

❷ 耳を出さないように、サイドの髪を残しながら後頭部まで編み込みに。トップからナナメに毛束をすくっていくイメージ★

ゴムではなくピンで固定!

❸ だいたい後頭部の真ん中まで編んだら、ピンで編み目を固定★　ゴムで結ばず、ピンで固定することで大人っぽい印象に♥

毛束をつまんで立体感アップ

❹ ピンを片手で押さえながら、編み目を指で引き出して立体感を出すよ♥ 崩れないよう、少しずつ引き出すのがポイント!

無造作ウェーブを強調!

❺ ワックスを指に伸ばして、くしゅっと握るように耳下の髪になじませる。全体のウェーブ感が出て、ガーリーな雰囲気に♥

BACK　SIDE

ニット¥3,900／セシルマクビー ルミネエスト新宿店

ロング×小顔見せねじり

テクいらずのツインねじりで
春にお似合い軽やかヘア★

トップの髪を手前にねじる✧

❶ トップを左右に分け、写真のように少し奥からブロッキングして毛束を手前に向かって上向きにねじる。ややきつめに!

ねじった毛束を固定して

❷ ねじった毛束に対して平行にピンをさし、地肌にしっかり固定。このとき、ねじった毛束を真横に固定するのがポイント★

毛束をつまんで動きをつける

❸ ピンが浮かないよう押さえながら、根元の髪とねじり部分をつまんでふっくらさせる。左右のバランスを見てやってね★

毛先に動きをつけて完成!

❹ ねじった毛先にワックスをなじませてボリュームアップ!　こめかみ部分に動きをつけて小顔&キュートな雰囲気を狙う♪

BACK　SIDE

レースベアトップ¥5,900／Delyle NOIR

佳那恵のLOVELESSの中身は大好きマイクのグッズまみれ♥

サウスアイランドモノグラムのクラッチはシンプルコーデのお供に A4サイズが入るバツグンの収納力で大満足♪ バッグの中は『モンスターズ・インク』のマイクが占領中 キャラもカワイイし、マイクのひょうきんな性格がツボなん♥

Ⓐお気に入りのマイクのイヤホン✧ 目立つし人と被らないからいい Ⓑプラダの財布は誕生日プレゼントにもらった Ⓒプラダのメイクポーチ Ⓓミュウミュウのキーケース Ⓔ顔に一目ぼれして買った充電器 Ⓕ iPhone ケースもマイクでいつも一緒なの♥

専属モデル
杉山佳那恵
(29歳/東京都)独身・子供なし

Fashion

カーキのメンズライクコーデでCoolに攻める✧

大人っぽいカジュアルファッションにまとめたよ♪ バッグを柄モノにすることでメリハリ感をプラス 1.3万円くらいで買ったエヴリスのドレープラインコートは、ラブレスのラメっぽい質感トップスとの相性◎。

パンツと女優ハットはスライで購入 チャックがあしらわれたパンプスはマウジーだよ✧

ちょっと教えて バッグの中身㊙トーク♥

移動中のおとも♡

K-POPを聞きながらLINEバブってます♥

電車の中や撮影の待ち時間で今ハマってるのがLINEバブル K-POPを聞きながら、アゲアゲで高得点を狙ってるよ♪ ちなみにかなのハイスコアは3,100万点です

加えたいもの♡

ハイテク充電器が欲しい!

コンセントタイプじゃないモバイルバッテリーを探し中 新幹線の移動中に使えるようにコードレス、もくは軽くて小さいのがイイな♪

Pick up♥

ピンクマイクのボールペン♥

ペンキをかけられピンクになったマイクの"キュートマカッパ"バージョン♥ 足がブラブラ動くよ✧

テテテテッテテー!

春仕様に衣替えしたバッグの中身は四次元ポケット!!

春の(イチオシ)私服SNAP12

ポイントや愛用グッズ、移動中の過ごし方など皆のプライベートのアレコレも一緒にCHECK♪

PHOTO_Kazuhisa Niitsuma HAIR&MAKE_Takemasa EDIT & TEXT_Mai Komuro, Asuka Ueno

沙世のHERMESの中身はどんなシーンも臨機応変♥

エルメスのバーキンは25㎝の小ぶりサイズなんだけど、実は荷物がたくさん入るお役立ちバッグ♥　メイク道具やブラシセットはもちろん、身分証明書として使ってるパスポートまで入ってるから、鞄ひとつで今すぐ海外にだって行けちゃうよ

専属モデル
早川沙世
（31歳／東京都）独身・息子1人

Fashion

ボーダーは膝下丈でレディに着こなす✧

カジュアルに見えがちなボーダーはロングのワンピースで　ドロシーズの女優帽を合わせてあげればグンと大人っぽくなるよ　スナイデルのワンピは、マイブームの膝下丈で一目惚れした1枚♥　フォーエバー21のプチプラシャツを肩掛けしてもOK♪

Ⓐ iPhoneは2台持ち　Ⓑシャネルのアクセサリーケース　Ⓒオレンジレッド×グリーンの組み合わせに一目惚れしたエルメスの財布✧　Ⓓパスポートは MCM のケースに入れていつでも海外逃亡 OK　Ⓔシャネル風ヘアゴム　Ⓕ花柄がキュートなヴィトンのメイクポーチ　Ⓖシャネルのメイクポーチはミニブラシ専用♥　Ⓗジェラートピケのピローミストで服についた臭いをオフ★　Ⓘマスク

Pick up♥

グラサンの2個持ち✧

家を出てから気分が変わるかもしれないから、サングラスは黒とべっこうカラーの2つを常に持ち歩くようにしてるの✧

タイトなシルエットのワンピには、ソールが差し色になるダイアナのショートブーツをコーデ

ちょっと教えて

バッグの中身㊙トーク♥

移動中のおとも♡

育児本片手に猛勉強 王子のための読書タイム♥

ひとりの時は、子育てに関する本をたくさん読んでるよ✧　初めてのことだらけでまだまだわからないことも多いから、育児本にはたくさんお世話になってます♥

出したいもの♡

溜まった領収書の束がヤバい💧

レシートの束がバッグの中に日々増えていく…💧　領収書入れとして使ってる内ポケットひとつ分のスペースが勿体ないから改善したい

見えるところも見えないところも抜かりなく♥

女子力が試される!! 私物全131

バッグの中身（リアル）&着こなし

軽やかなファッションになったお姉さんたちの、今春コーデに合わせたいバッグとその中身を大公開✧

早紀のCHANELの中身は やっぱりCHANELづくし♥

シャネルのバッグはどんなコーデにも合わせやすいからお気に入り♥ お財布、サングラス、ポーチなどの主役アイテムのブランドは、シャネルで統一してるよ✧ 荷物はシンプル＆少なくがモットーだから、小物はついついモノトーンカラーを選ぶことが多いかな～♪

Ⓐシャネルのサングラスは、今世紀最大のフィット感がヤバイ♥ Ⓑ5年くらい前に買ったシャネルの財布は薄くて軽い♪ Ⓒマイホームキーはカルティエのストラップでまとめて✧ Ⓓシャネルのメイクポーチにはジルスチュアートのリップをイン Ⓔ真優川咲ちゃんとおソロの鏡 Ⓕ充電器 Ⓖ携帯は iPhone5s

Pick up♥

フリスクは味違いで

その時の気分で味を選びたいから、いつもスイート＆スッキリ系の2種類を鞄の中に入れてるんだ✧

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **ミステリー小説にハマり中**

今は湊かなえさんの『少女』や『Nのために』、宮部みゆきさんの『ソロモンの偽証』を読んでます

加えたいもの♡ **度の入ったオシャレメガネ✧**

視力があんまり良くないから、お出かけした時にもかけられるようなオシャレ黒ブチメガネが欲しいな♥

Fashion

白のミニワンピで ガーリーに✧

冬は重めのカラーを着ていることが多かったから、デュラスアンビエントのミニワンピを着て軽やかガーリースタイルでまとめたの✧ パンプスや小物をブラックで統一することで、大人っぽさもミックスしてみたよ

専属モデル **加賀美早紀**（30歳／東京都）独身・子供なし

リエンダのデニムジャケットはこの春大活躍♪ パンプスはエミリアウィズ、時計はシャネルだよ

マーキュリーデュオのトレンチは1.5万円♪ 2,000円とデザインにも値段にも惚れたパンプスはエスペランサ♥

Fashion

チェックで 上級ママコーデ✧

ショップリストのチェックシャツとマウジーの編み上げワンポイントパンツで、一見シンプルだけどワンランク上のスタイルに♥ どんなファッションにも合わせやすいベージュの膝丈トレンチが最近のお気に入り✧

専属モデル **けいこ**（31歳／滋賀県）既婚・息子1人・娘2人

けいこのmisturaの中身は 愛用のぴんくキティちゃん♥

ショルダーにもなるトートバッグは3,500円で購入✧ 一回り大きいサイズも持っていて、中身の量で使い分けてるよ♪ バッグがシンプルだから、中はキティちゃんグッズで華やかにするのがけいこ流 エコバッグや折りたたみ傘などのお役立ちアイテムも忘れずにイン

Ⓐキティちゃんの鏡はポーチとお揃い✧ Ⓑリンゴのエコバッグはお買い物の必需品 Ⓒシャネルの財布 Ⓓキティちゃんのメイクポーチ Ⓔキティちゃんの折りたたみ傘は、持ち手もキティちゃんでキュートでしょ♥ Ⓕバレッタ

Pick up♥

トローチで 喉に潤いを♥

マスクはあまりしないから、喉がイガイガしたり違和感があったら、コレを舐めて風邪予防に努めてます✧

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **撮り溜めた写メを整理♪**

写真をたくさん撮っていると、あっという間に容量がいっぱいに いらない写メは移動中に削除してスッキリ整頓♪

加えたいもの♡ **年中無休でサンブロック!!**

日焼け止めは出かける前に塗ってバッグの中には入れてなかったけど、これからは外でも持ち歩きたい

莉菜のDURASの中身は360°なんでもピンク♥

専属モデル
桜井莉菜
（31歳／東京都）独身・子供なし

デュラスのバッグはピンクのパイソン柄に一目惚れして展示会で即購入♥　小物系も同系色で統一してテンション上げてるよ　バッグとお揃いのポーチは、両方ともサイドが透明になっているから中身がわかりやすくて使いやすいの✧　春夏のヘビロテアイテムになる予感✧

Ⓐセントリリアンのジュエリーフレグランスは見た目がめっちゃカワイイ✧　Ⓑミュウミュウの財布　Ⓒクロエのボディクリームは長年の愛用品♥　Ⓓポータブル充電器　Ⓔ鏡はアナスイ　Ⓕスリムボディプロジェクトのサプリ　ⒼiPhone5sを２台持ち　Ⓗデュラスのメイクポーチはバッグとおソロ　ビタミンC、ビオレのメイク落としシート＆汗拭きシートが入ってるよ

ちょっと教えて

移動中のおとも♡
ケータイでもやっぱり大富豪

トランプからハマりにハマって、ひとりの時はケータイのゲームで大富豪をやっちゃう程中毒になってる

加えたいもの♡
手帳でスケジュール管理✧

ピンクの手帳が欲しい　これまでの手帳は地味なのが多かったから、今度は派手なデザインがイイな♥

Fashion
ロングベアで大胆肌見せ✧

春はホワイト系が多くなるから靴や時計、アクセなどの小物系が差し色に✧　淡い色のデニムに合わせたリゼクシーのベアワンピは、大胆なスリットとロングのシルエットが、メリハリ感のある肌見せスタイルに最適♥

デニムはリゼクシーで1.3万円くらい★　EVEのパンプスはスカルがお気に入り♥　アクセと時計はダチュラで揃えたよ

Pick up♥
いつでも大富豪♥

トランプはいつでもバッグに入れてるよ♪　バーに行った時とか、友達の家とか皆で大富豪がマイブーム

Pick up♥
コンパクト型の充電器♥

チーク風のデザインに一目ボレ♥　コンパクトを開けるとミラーも付いてて、充電器っぽくない形が◎✧

ららのHERMESの中身は柄モノNGでシンプル・イズ・ベスト♥

エルメスカラーのオレンジをNYで見つけて運命を感じちゃいました♥　ガーデンパーティは、物もたくさん入るし色味がコーデのアクセントになるから使いやすい　柄モノよりもシンプルなものが好きだから、単色使いの大人小物を揃えるようにしてるよ

Ⓐエルメスの小銭入れはエメラルドグリーンに惚れてその場で購入　Ⓑハンドクリームは保湿力の高いマークスアンドウェブ　Ⓒエルメスの財布　Ⓓジルスチュアートのミラー　Ⓔウェットティッシュ　Ⓕシャネルのアクセサリーポーチ　Ⓖゴージのメイクポーチはたくさん入るから使いやすい

家事手伝い
ららさん
（35歳／東京都）独身・子供なし

Fashion
カプリの上品コーデでイイ女✧

エストネーションの7分丈パンツ1.5万円を、この春新規投入　ボトムスがクールな分、マニッシュな雰囲気になり過ぎないように、ランバンのビジュー付きトップスの甘さをミックスしてバランスを整えてみた♥

ロジータのレース風カーディガンは春のヘビロテアイテム♥　パンプスはジミーチュウのお気に入りだよ✧

ちょっと教えて

移動中のおとも♡
"取り立て"をこっそりお勉強

最近ハマってるのは『闇金ウシジマくん』の漫画　リアルなお金事情から目が離せなくてやめられない

出したいもの♡
アクセサリーポーチは不要

アクセは家でつけたら後はずっとつけっぱなし。外出先でつけ変えることがないから予備はいらないかな

Fashion

春のトレンド満点 中ぶり花柄に夢中✧

スニーブディップのペプラムトップスと大きすぎない花柄がカワイイミニを合わせて春仕様に♥ エミリアウィズのオープントゥもビビッドなピンクにしてレディにまとめたよ

ヨガインストラクター 真優川咲さん（29歳／東京都）独身・子供なし

トップス、ミニスカートはどちらも4,000円くらいとプチプラ♪

Pick up♥

いつでもどこでもリファ✧

小顔を目指して、撮影の合間とか暇さえあればリファでマッサージ♪ むくみにも効くマストアイテム

咲の LUELUの中身はキレイの素で溢れてる♥

いつでもフルメイクできるよう、ポーチは大きめを選んでるよ アクセも気分で変えたいからたくさん持ち歩いてる ちょっと荷物多めだけど全部必要♥

Ⓐジバンシイのメイクポーチはメイク道具一式入ってます♥ Ⓑマックのマルチパレット Ⓒニベアの青缶 Ⓓ鏡 Ⓔヴィトンの財布 Ⓕジルスチュアートのコンパクトは直入れ Ⓖアクセサリーケース Ⓗレペットの香水

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **前髪をカーラーでセット**

前髪をふんわりさせたいんだけど、直毛になりがち 移動時間を利用してクセがつくようにしてるよ♪

加えたいもの♡ **美白グッズを追加したい✧**

そろそろ日差しが厳しくなる季節 外でも塗り直せるように日焼け止めを持ち歩こうかな✧

MERIの神戸レタスの中身はジミーチュウ風ポーチが主役♥

差し色使いができるように、バッグはピンクで♥ 小物はスタッズのついたポーチやケータイケースがアクセントに✧ カッコイイ系を揃えて大人シンプルを目指してるよ

Ⓐオリンパスのカメラ Ⓑフリスク（ペパーミント） Ⓒ鍵 Ⓓルビスのサングラス Ⓔ携帯ケースもスタッズ付き♥ Ⓕフランフランで購入したメイクポーチ Ⓖ祐香からもらったジュビターアンドジュノの財布 Ⓗティッシュ

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **マスクの下で美顔ストレッチ✧**

マスクで口元を隠してコッソリ小顔美人を目指してます 頬の裏側からほうれい線を舌でなぞるとシワ予防効果にも

加えたいもの♡ **ヘパリーゼで二日酔い対策！**

飲む前にこれを飲めば二日酔い知らずとの噂をキャッチ♥ 飲みたい時、錠剤がポーチにあるとイイな✧

ワンピは8,000円くらいで購入♥ パンプス（3,690円）、デニムジャケット（2,490円）は神戸レタス♪

主婦&TOKYONADESHIKOブロガー MERIさん（35歳／東京都）既婚・子供なし

Pick up♥

小腹がすいたらおやつの時間

チョコレート大好き♥ 最近のマイブームは、成城石井で買ったブルーベリーやアサイー入りのチョコ♪

Fashion

ランダムストライプで気分はスプリングバケーション✧

ザラのストライプワンピに柄物のパンプスやピンクのバッグを合わせることで、お手軽に海外セレブ風コーデの完成 今流行の白デニムを肩掛けするのも忘れずに✧

Fashion

お嬢様ツイードで清楚系にシフトチェンジ✧

3,000円で買った、神戸レタスの白×黒ツイードワンピースで上品なイメージに✧ ピンクツイードパンプスで統一感を出したよ♥ 寒暖調節用の白いカーディガンを肩掛けしてもコーデがキレイ♪

パンプス、カーディガン、どちらも神戸レタスで3,000円くらい♥

ライター&TOKYONADESHIKOブロガー 水野祐香さん（35歳／東京都）既婚・子供なし

Pick up♥

何気に便利な楊枝入りミラー✧

化粧室でメイク直しのついでに歯のチェックも抜かりなく 楊枝はまつ毛の絡まりも整えられるから◎♪

祐香の神戸レタスの中身はお仕事アイテムがいっぱい♥

A4サイズもすっぽりのバッグには、一眼レフ、テレコ、手帳など仕事グッズが詰まってるの 真四角なフォルムがお気に入りで、ショルダーにもなる2way仕様♪

Ⓐソニーのテープレコーダー Ⓑクロレッツミントタブ（グリーンライムミント） Ⓒヴィトンのキーホルダーに鍵を✧ Ⓓアンビーのサングラス Ⓔオリンパスのカメラ Ⓕデュラックスの財布 Ⓖティッシュ Ⓗ手帳 Ⓘエコバッグ

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **ブログのコメント返信**

写メの加工やブログに届いた相談、コメントに何てお返事するか考えてるから、常にケータイとにらめっこ

出したいもの♡ **グロス&リップは最小限に**

使わないリップが4～5本入っている事が多いから、無駄なものは省いて少しでもメイクポーチを軽くしたい

綾香のPRADAの中身は息子グッズ120%♥

プラダのバッグは、息子グッズをまとめたポーチがスッポリ入る大容量サイズ😊 黒だからどんな服装にも合わせられるし、汚れにも強いママの味方です♥

Ⓐ息子ポーチにはおむつやおもちゃなどを入れてるよ✧ Ⓑシャネルの財布 Ⓒプラダの小銭入れをアクセケースに Ⓓフリスク（ストロベリーミント） Ⓔ携帯はGALAXY Ⓕメイクお直しセット Ⓖカシーボザールマニュアンのハンドクリーム Ⓗヴィトンのキーケース Ⓘ扇子

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **『妖怪ウォッチ』をウォッチッチ♪**

車移動が多めだから、息子と一緒の時は車内で『妖怪ウォッチ』を見せてるよ😊 私も妖怪体操が踊れるようになった✧

出したいもの♡ **キーケースはひとつにまとめたい💧**

持ち歩かなくてもいい鍵が付いているから、それを外してもう少しコンパクトにまとめたいな💧

ノーカラーがスタイルの幅を広げるコートは1.7万円😊 ワンピは5,000円とお手頃価格だったよ✧

古橋綾香さん
歯科医療事務育休中（31歳／東京都）既婚・息子1人

Pick up♥
ガスコテでいつでもカールのお直し😊✧
10年以上使っている愛用品✧ 電源不要で小さい&軽いから、特に雨の日は巻き直し用に必ずバッグイン😊

Fashion
コートとワンピで2wayエレガント系ママスタイル✧

エディグレースのコートを羽織れば上品ママコーデ、脱いだらノースリワンピでセクシー女子になれる♥ ヴィサリアのミニワンピは、小ぶりな花柄がエレガント✧

Fashion
再熱バギーパンツを拡散中テッパン甘辛ミックス✧

ボーイッシュになりがちなドロシーズのバギーは、花柄ブラウスとふんわりまとめた髪型で女性らしさをプラス✧ ハイヒールを合わせると脚長効果も出て、スタイルが良く見えるからオススメ😊

ブラウスは1.4万円、パンツは1.7万円で両方ともドロシーズのやで♥ パンプスはラグズユナイトで3万円😊

まなかさん
北新地バニラ勤務&アパレル会社社長（28歳／大阪府）独身・子供なし

Pick up♥
ミストでお肌ぷるん♪
炭酸ミストにハマっていて、携帯用を見つけたので即ゲット✧ 外出先でも乾燥知らずの肌になったよ♥

まなかのCELINEの中身はデカポーチで整理整頓♥

中身がかさばらないようにコスメなど細々としたものはエルメスの大きめポーチにまとめて収納😊 バッグインバッグ変わりにもなるから、とっても便利♪

Ⓐエルメスのメイクポーチ Ⓑ鍵のチャームは韓国で購入😊 Ⓒウェットティッシュ Ⓓエルメスの財布 Ⓔ桐炭カイロ（貼るタイプ） Ⓕマスク Ⓖ充電器を入れたヒョウ柄ポーチ Ⓗ携帯２台（iPhone5s、ドコモ）

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **自己啓発本でひたすら自分磨き✧**

長距離移動中は、『できる人の仕事のしかた』とかの自己啓発本をゆっくり読める大切な時間やで😊

加えたいもの♡ **小さくて軽い日傘を探し中😊**

バッグの中に入れてもかさばらない日傘がこれからの季節欲しいな😊 雨の時も使えるやつだともっとイイ♪

RIRIのCHANELの中身は大好きピンクで気分上々♥

シャネルのロゴとデニム生地がどんなコーデにも合わせやすいの😊✧ 最近買ったモスキーノのケータイカバーをはじめ、バッグの中の小物はピンクだらけ♥

Ⓐシャネルの財布 Ⓑフリスク（ローズミックス）もピンク♥ Ⓒファー付きイヤホンとiPod Ⓓモスキーノのミラー型iPhoneケース Ⓔキティちゃんのコインケース Ⓕボッテガのメイクポーチ Ⓖシャネルの鏡

ちょっと教えて

移動中のおとも♡ **移動中DSでひたすらマリオ🐱**

マリオみたいにひとつずつクリアするアクション系のゲームが好き😊✧ 全クリまであとちょっとなんだ〜🐱

出したいもの♡ **鏡はケータイだけで十分かも!?**

iPhoneケースの裏側が大きな鏡になってるから、シャネルの手鏡はそろそろバッグから出そうか悩み中💧

Fashion
ヘルシーカラーワンピで大人バービーモード✧

コーラルピンクとふんわりとしたシルエットがお気に入りの主役ワンピと白のカーディガンでガーリーに♥ アクセは肌馴染みのイイ、ピンクゴールドでまとめたよ★

リリーブラウンのワンピは1.2万円くらいだったよ♪ パンプスはジュゼッペザノッティで約9万円😊

RIRIさん
ダンサー（26歳／東京都）独身・子供なし

Pick up♥
パラパラめくって英語をマスター😊
最近は英語を猛勉強中！ まずは初心からと思い中学の単語から復習してるよ😊 でも覚えるのが大変💧

かわいくて安く買えると大好評!!

姉ageha ブランドモール vol.4

※こちらのページはすべて税込になります。

人気ブランドからNEWアイテムが続々登場✧ 今月はファッションのポイントになるハイブランドバッグと、日本限定発売の最新韓国パックの情報をお届けします😊

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR_Anri Mitsuishi EDIT&TEXT_Yu-ka Mizuno

ケイト スペード kate spade

24,800yen

25,800yen

MANDYショルダーバッグは中のドット柄もかわいいと大好評♪ <ピンク>¥24,800、<ブラック>¥25,800／共にkate spade（姉agehaブランドモール）

サンローラン パリ SAINT LAURENT PARIS

188,000yen

228,000yen

128,000yen

上品なルックスで華やかオーラ✧ <グレー>¥188,000、<ピンク>¥228,000、<ホワイト>¥128,000／すべてSAINT LAURENT PARIS（姉agehaブランドモール）

フルラ FURLA

29,800yen

29,300yen

コーデのアクセントになるキャンディバッグ♥ ビニール素材で春夏へビロテ✧ <ピンク>¥29,800、<ベージュ>¥29,300／共にFURLA（姉agehaブランドモール）

マイケル マイケル コース MICHAL MICHAL KORS

27,800yen

27,800yen

オシャレなバイカラーのトートバッグはデイリーに使えるサイズとお手頃価格が魅力♥ 各¥27,800／共にMICHAL MICHAL KORS(姉agehaブランドモール)

品格もあって収納力◎! 沙世が気に入ったのはコレ♥

2015年♥最新!!! ハイブランドバッグがお安く✧

春らしくカラフルに衣替えしたバッグから、NEWラインのベーシックバッグまで今すぐ欲しいアイテムがいっぱい♥ 店頭で買うよりもお安く買えるからチェックしてみてね😊

バレンシアガ BALENCIAGA

アンティーク調のやわらかいレザーがバレンシアガの特徴😊 <ホワイト>¥135,000、<パープル>¥114,000／共にBALENCIAGA（姉agehaブランドモール）

114,000yen

135,000yen

専属モデル 早川沙世（31歳／東京都）独身・息子1人

グッチ GUCCI

118,000yen

118,000yen

正面のフロントにロゴ入り。出し入れに便利なオープン式で、荷物もたっぷり入るよ♪ 各¥118,000／共にGUCCI（姉agenaブランドモール）

フェラガモ FERRAGAMO

123,000yen

123,000yen

上品なフォルムと長めのショルダー付きでおでかけにピッタリなミディアムバッグ✧ 各¥123,000／共にFERRAGAMO（姉agehaブランドモール）

ピーリング×トリートメント×パックがコレ1枚♪

code9プラントエクストラクト コンプレックス

12枚入り ¥3,218

透明感 くすみ 毛穴 ハリ・弾力 ピーリング ツヤ・潤い

美容先進国・韓国の最新パックが日本初上陸♥ 50種類の植物エキス・5種類の植物オイル・コラーゲン・ヒアルロン酸に、日本限定のスペシャル美容成分が入った特別仕様だよ✧

※4月末発売予定になります。

日本限定

NEOGEN code9

PLANT EXTRACT COMPLEX ESSENCE & TOX TIGHTENING PACK

\How to/

1 袋から出すよ～♪

1袋に1枚入ったパックは清潔感があってGOOD♪ 旅行やお泊りでも持ち運びやすいから、どこでもスキンケアができちゃうね

2 手にはめるパック、初体験♥

指を入れられるポケット付き♪ 特殊三層構造のシートはちゃんと特許を取得してるから安心・安全に使えるのがうれしいよね

3 スリスリ…♥

まずは黄色い面から肌を優しくなでるように当てていくよ! 毛穴に残った汚れや古い角質を除去して、ピーリング効果がある♥

4 終わったら裏側に!!

色かわった!!

白い面は皮膚へ美容成分が浸透しやすい波型シートになってるの 指の向きを変えるだけで使えるなんて、すっごいラクチンでしょ♪

5 トン! トン! トン!

シートにたっぷり含まれた美容エッセンスをトントンと顔全体にパッティング。優しくパッティングすることで浸透率がUPする✧

6 うる うる

顔全体に美容エッセンスを広げたら、手のひらで包み込むように温めて浸透させるよ♥ 乾燥しやすい目尻や口元はさらに重ねてもOK♪

使ったモデルさん&読者さんの声も!!!

\Good!!/

子供の相手をしながらできるから時短美容になってます♥

毎日があわただしいママにとって片手タイプがうれしい♪ 美容エッセンスがたっぷりなのでちゃんと肌の潤いを実感できました

歯科医療事務育休中(31歳/東京都)既婚・息子1人
古橋綾香さん

\Good!!/

韓国コスメ大好き♥韓国女性みたいなキレイな肌になりたい!

韓国のアイドルや女優さんって肌キレイだな～っと思って使い始めました✧ 肌が前よりもやわらかくなって効果出てきたかも♪

ラウンドガール(28歳/大阪府)独身・子供なし
いちのいゆりさん

\Good!!/

週1～2回のスペシャルケア ズボラな私でもできる♪

ピーリングやトリートメントってやらなきゃ!と思いつつ、ついつい怠けちゃう…💧 コレなら1枚で全部できるから続けられそう♪

イベントコンパニオン(30歳/東京都)独身・子供なし
奥山絵里奈さん

メイクのノリもよくなったし、持ち運べるのがうれしい♥

code9は前から知って使ってたんだけど、1枚入りパックになってめっちゃ便利♪ 仕事で外泊することが多いけど、これならどこでもスキンケアできる

専属モデル(29歳/東京都)独身・子供なし
杉山佳那恵

\Good!!/

日本限定のスペシャル5成分でアンチエイジング✧

リンゴ幹細胞・植物プラセンタ・エクゾティーなどアンチエイジングにもよさそうな美成分に注目♪ 忙しい日々の中でも簡単ケア!

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー(34歳/東京都)既婚・子供なし
水野祐香さん

\Good!!/

翌朝起きた時、肌の調子がすごくいいので続けています♪

夜寝る前の美容として週1で使ってるんだけど、使った翌日の肌が全然違う✧ ファンデのノリもいいのでメイクするのが楽しい♥

Club Secret garden 西中島勤務(29歳/大阪府)独身・子供なし
桜木れいなさん

春だし❤ そしてもうすぐ夏だし★
アラサーだって腕も脚も全力で出してきたい！

絶対に！ 絶対に!! 絶対に!!!
ノースリーブとミニが着たい!!

~莉菜お嬢様と酵素執事の24日間ダイエット~

「肉が邪魔」「30歳過ぎたらヤセにくくなった」と
お悩みの方、実は莉菜にもそんな時代があったんです…💧
今回は莉菜がヤセ体型を維持するヒケツとセバスチャンとの
出会い、愛用しているお嬢様酵素の魅力をお届け❤

PHOTO_Satoshi Omura　HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi　EDIT&TEXT_Hironeko-A

24日間で3kgヤセ❤

ガマンするのはイヤ！
そんな莉菜でもおいしく楽しく
ヤセ体型を形状記憶★

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

莉菜お嬢様！
ダイエットの成功には
リバウンド対策が
マストでございます！

執事（年齢ヒミツ）
セバスチャン

実話リナックルズ 莉菜がノースリワンピの似合うカラダになるまで♡

スタート 目標まであと3kg
ガーン
オワタ
油断してたらまんまと太った！　もうすぐファッションショーなのに…。どうしよう💧

1日目 TOTAL 0kg減
本当にヤセるの？
モデル仲間に勧められたお嬢様酵素を飲み始める。1日1回の置き換えで大丈夫なのかな。

7日目 TOTAL 1.2kg減
え、マジで？
撮影でみんなに「目が大きくなった」って言われた！　身体も軽いしテンション上がる★

14日目 TOTAL 2.2kg減
目標まで1kg切った！
−2kg
なんとなく体重計に乗ったら2kgヤセてた！　このペースならショーまでに間に合いそう❤

21日目 TOTAL 2.8kg減
理想の自分まであと一歩❤
だいぶヤセたからか、腕も脚もスッキリ。納得のいく着こなしに近づいてきた。わくわく✧

運動するのがキライ！
食べたい物をガマンするのはもっとキライ！
でも一番キライなのは、
太って自信をなくした自分…💧
好きな服を着るためにもヤセたいよ。
けど、頑張るのは苦手…。
そんな莉菜のワガママに
じっくりつき合ってくれたのが、
セバスチャンとお嬢様酵素。
不規則で外食の多い莉菜の食生活を否定せずに
無理なく続けられるプランを立ててくれたから、
ぜんっぜんツラい思いをせずにヤセられたの！
おかげでショーも大成功だったよ★

セバスチャン、
莉菜のダイエットを
サポートしてくれて、
自信を取り戻してくれて、
本当にありがとう❤

莉菜が選んだ お嬢様酵素がスゴイ理由！

3 リバウンドしない
栄養をしっかり摂りながらヤセるから体重が戻る心配もナシ✧　身体が軽くなった分、自然と運動量も増えてより太りにくい身体に❤

2 肌がめっちゃキレイになる★
64種類の野草と22種類の野菜や果物のエキスが配合されてるから、美容効果ばっちり！　肌のキメが整うし、顔色もくすまなくなる❤

1 どの酵素よりもおいしい❤
野草が原料とは思えないフルーティーな味だから、飲むのがフツーに楽しい❤　アレンジの幅も広いから、飽き性の莉菜でも長続き☺

酵素を飲むとキレイにヤセるのはどーして？

一緒におさらいしましょう❤

体内の酵素が不足すると…？

太りやすい&老けやすい体質に💧

日常のストレスや、不規則な生活、寝不足、喫煙などで体内の酵素が不足すると、代謝が乱れて太りやすい状態に…。内臓も弱って病気や肌のくすみ、老化のリスクも急上昇💧

酵素を飲むと…？

消化機能や代謝が改善し老廃物が排出されやすい状態に★

巡りを改善することで、体内に溜まった老廃物をぐんぐん排出！
身体の中をキレイな状態に戻すことで、正常な肌を作る機能や脂肪を燃やす機能も本来の力を発揮できる✧

短期間でヤセるなら…
48時間酵素プログラム
酵素ドリンクを、食事代わりに1日5～6杯飲んで行う方法★　酵素以外はお水やお茶、野菜ジュースなどでの水分のみ。内臓を休ませ、老廃物を出すことで体調もスッキリ✧

じっくり体重を落とすなら…
24日間酵素プログラム
1日1～2食を酵素ドリンクに置き換えるだけ☺　短期集中プログラムが終わったあとの体重キープのほか、大幅なダイエットや健康維持、将来の老化防止にもオススメ❤

お嬢様酵素 KOUSO

ワンピース¥7,900、ビジュー付きパンプス¥17,500／ともにDaTuRa渋谷109店

セバスチャンから
莉菜お嬢様へ愛を込めて❤

毎日食べても飽きない お嬢様酵素アレンジレシピ★

基本は水・お茶・炭酸割りだけど「毎日同じじゃ飽きる！」という莉菜お嬢様の要望にお応えして"食べる"酵素レシピをご提案♡

美容効果も抜群です！

小腹が空いたときに♡
イソフラボンで肌の透明感もUP❤

豆乳割り

★作り方★ 豆乳 200ml をグラスに注ぎ、お嬢様酵素 30ml を加えて混ぜるだけ❤ 腹もちがいいから、食事代わりにもなるよ♪

朝食に♡
乳酸菌のチカラでお腹もスッキリ！

酵素 × アロエヨーグルト

★作り方★ 市販のプレーンヨーグルト 200g にまぜまぜアロエ 1 袋を投入。よーく混ぜたら、お嬢様酵素 30ml をかける❤

ドレッシングはいろんな料理に使えて便利♡

アンチエイジングに♡
生野菜の酵素も一緒に摂れる♪

緑黄色野菜の酵素サラダ

★作り方★ ニンジンとカボチャは極細の千切り、玉ねぎは薄くスライス。野菜にハーブソルトをもみ込んだら、お嬢様酵素 30ml にお酢 15ml を混ぜたドレッシングで和え、クルミを混ぜる❤

肉が食べたいときに♡
脂の少ない胸肉でヘルシーに★

鶏肉としめじの酵素マリネ

★作り方★ 一口大に切った鶏胸肉としめじを茹で、ハーブソルトで下味をつける。お嬢様酵素30ml でマリネしたら完成！

おやつに♡
リコピンでくすみのない美肌に❤

トマトジュース割り

★作り方★ トマトジュース 200ml にお嬢様酵素 30ml を加え、混ぜたら完成❤ お好みでレモン汁を加えてもおいしいよ♡

私たちも24日間プログラムでダイエットに成功しました♡

古橋綾香さん
歯科医療事務育休中
(31歳／東京都) 既婚・息子1人

なかなか戻らなかった産後太りの体重がたった3週間で2.5kg減♡

産後太りの最後のあとちょっとの部分が、何をやっても落ちなくて…💧 それで始めたのが美意識の高いママ友が教えてくれたお嬢様酵素。1日1食を置き換えただけなのに、すんなり体重が落ちたの！ 多忙なママでもこれなら簡単だと思う❤

水嶋えりかさん
大阪ミナミclubDUO勤務
(26歳／大阪府) 独身・子供なし

3週間で2kgヤセたのに顔色も肌質も体調もすっごく良くなった★

昔、食べないダイエットで失敗したんです。せっかくヤセても、顔色がくすんだり不健康に見えたり。でもヤセたい…。そんな私を救ってくれたのがお嬢様酵素。3週間で 2kg ヤセたのに、栄養が豊富なおかげで顔色も肌質も良くなりました❤

桜木れいなさん
CLUB Secret garden西中島店勤務
(30歳／大阪府) 独身・子供なし

味にハマって飲み続けたら2週間で3kg減！同伴&酒太りもスッキリ♡

酵素ドリンクは以前に他を試したことがあったんだけど、味がムリで挫折しちゃって…。だから友達の勧めでお嬢様酵素を飲んだときはおいしさに感動！ まぜまぜアロエと一緒に飲んでたら、便秘が解消して肌荒れもおさまりました★

お嬢様酵素と混ぜて
美容効果UPの新商品も登場❤

まぜまぜアロエ

美容成分をたっぷり含むアロエベラの葉肉を食べやすくカット！ "太らない砂糖" として話題の「希少糖」を使用しているので、噛みごたえが欲しい時や甘いものが食べたい時に大活躍❤ ヨーグルトや豆乳はもちろん、お嬢様酵素と混ぜてもおいしさ UP ❤

HELLO
my name is
いろんなものに
まぜまぜアロエ
希少糖に抱かれて…
RIVALAND

ちゅる～んとした食感もいい感じ♡

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

SWEET系血色メイク♡

01

高めにのせた赤チークでポッと上気したピュア肌を演出！

血色メイクでまず挑戦したいのが赤チーク！ 肌が白く見えたり、透明感が出たりと、いいことづくしなんです♡

マットな赤をほお骨より高く横長にオン✧

高め&横長にのせたAのチークは、鼻の横あたりから入れるのがポイント。顔のパーツを中心に寄せて見せることで、赤ちゃんみたいなピュアな雰囲気に♥

肌やリップはツヤを重視してナチュラルに！

肌にツヤを残すとナチュラル感が出る★　Eの真ん中を大きめのブラシにとり、鼻筋&チークにサッとのせる。リップはツヤ系のFをポンポンと軽く塗ってね。

How to make up

下まぶたの真ん中にも少し赤を仕込む♡

下まぶたに仕込む赤チークは涙袋の半分くらいの幅で黒目下にのせて、薄いブラウンでぼかす。目元にも赤を使うことでかわいらしさがさらにアップして、白目が白く見える効果も!!

肌にのせてもしっかり色づく高発色な赤がトレンド

モデル使用 A

B

C

D

SHISEIDO

A.顔色がパッと明るく見える。カラーヴェール フォーチークス 19 ¥3,000／THREE　**B**.リップにも使えるクリームタイプ。ヴィセリシェ リップ&チーク クリーム RD-1¥1,000（編集部調べ）／コーセー　**C**.サラッと自然に色づく。ルミナイジング サテンフェースカラー RD401 ¥4,000／資生堂　**D**.軽くてナチュラルなクリームチーク。カジュアル カラー アウト フォー ファン¥3,000／M·A·C（メイクアップ アート コスメティックス）

方法を教えてもらいました♥

になれる ク"の作り方

人気ヘアメイク・粕谷ゆーすけさんが提案するトレンドメイクを紹介。この春は自然な"血色感"がキーワードだよ! 今っぽくなるだけじゃなく、肌がクリアに見えたり、色気を出せたりとアラサー女子にもぴったり♡ お姉さんならではの取り入れ方をチェックして、今すぐ旬顔にチェンジ✧

PHOTO_Kentaro Kambe［MODEL］,Miyuki Otake［ITEM］
HAIR&MAKE_Yusuke Kasuya（Addict Case）　**EDIT&TEXT**_Setsuko Chigira

今どき顔に見せたいけど、若い子と同じやり方だと痛い…
そこでプロのヘアメイクさんに、アラサー女子にオススメの

赤チーク　ピンクシャドー　赤リップ

今すぐ旬顔 "血色メイク"

赤ちゃんみたいにぽわんと広がる血色チークで甘さと透明感をゲット♡

その他のポイントコスメは♥

E. 3つの質感がセットになってるからお得。インテグレート デザインヴェール ナチュラル¥1,500（編集部調べ）、F.甘すぎない大人っぽいピンク。マキアージュドラマティックルージュ PK346 ¥3,000（編集部調べ）／ともに資生堂

F　E

タンクトップ¥6,500／DURAS

媚びないピンクで同性からも一目置かれるワンランク上の色気✧

その他のポイントコスメは♥

E.自然な血色肌に。マキアージュドラマティックムードヴェール RD100 ¥3,500（編集部調べ）／資生堂

F.シックな赤。エスプリーク ブライトラスティング ルージュ RD 454 ¥2,500（編集部調べ）／コーセー

ガウン¥8,500、キャミ¥5,900／ともにDURAS

ダブルライン風の
ブラウンシャドーで
ピンクを引き締め！

Aの一番左のブラウンでアイホールのくぼみをなぞり、軽くぼかす。次に真ん中のピンクをアイホールの目尻側半分に、目頭側半分には一番右と一番左を混ぜた色をのせる♪

リップは大人っぽい
ブラウン系のレッド

ピンクシャドーで目元に若さがあるぶん、唇はシックな色でバランスを取るよ。なめらかなつけ心地の**F**をリップライン通りに塗るだけ。1本でツヤが出て、色っぽく仕上がる♡

How to make up

チークもリップと同じく
シックなカラーを選択

目元が主役のメイクなので、チークは肌なじみのよい**E**を使用。落ち着いた色とマットな質感なら、カラーはなんでもOK♪　ふわっと軽くのせる程度なので、場所も普段通りで◎。

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
加賀美早紀

COOL系血色メイク♡

ブラウンで引き締めた ピンクシャドーで 強さと女らしさのある目元に！

男ウケを狙いすぎって思われそうなピンクシャドーは、ブラウンで締めればOK！まぶたが重めの人にも必見のテク♡

モデル使用 A

透明感のある薄づきピンクは
上品なパール入りが正解♡

B

C

D

A.時間が経ってもくすまない。インテグレート スイートトリックアイズ PK212 ¥1,200（編集部調べ）／資生堂　**B**.初心者にピッタリの優しいピンクブラウン。ヴィセ リシェ デュオリッチ アイズ PK- 2¥1,000（編集部調べ）／コーセー　**C**.シーンに合わせてピンクをチェンジ。クチュール クルールパレットNo.9 ¥7,800 ／イヴ・サンローラン・ボーテ　**D**.しっかりとしたパール感がゴージャス。M・A・Cミネラライズ アイシャドウ ピンク センシビリティーズ¥3,200 ／ M・A・C（メイクアップ アート コスメティックス）

03

SEXY系血色メイク♡

ツヤのあるジューシーな赤リップで色気たっぷりのフェロモンフェイス!

春夏もブームの赤リップは、一歩間違えるとオバさんっぽくなる可能性が…。明るい色みと軽い質感をチョイスして!

ダークな赤はNG！ 春は濡れたようなツヤ感の華やかな赤をチョイス

A.美容オイル配合で潤い長持ち。マキアージュ ドラマティックルージュ RD454 ¥3,000（編集部調べ）／資生堂　B.くっきりとした黄み系レッド。ヴィセ リシェ クリーミーリップスティック RD402 ¥1,500（編集部調べ）／コーセー　C.とろけるような質感。ルージュ ヴォリュプテ シャイン No.4 ¥3,800／イヴ・サンローラン・ボーテ　D.透明感のある赤。リップスティック コックニー¥2,900／M·A·C（メイクアップ アート コスメティックス）　E.見たままの発色。ベルベットラスト リップスティック 01 ¥3,500／THREE

モデル使用 A

B

C

D

E

How to make up

塗りすぎ厳禁!! 筆や指でライトなツヤ♡

Aは水っぽいライトな質感なので筆を使って塗るよ♥　色が濃いリップの場合は指でポンポンと塗るのがオススメ。中央は厚めにのせて立体感を出してね☺

目と唇以外は引き算して抜けを作る

チークは肌になじみやすいブラウン系のHをほお骨に沿ってサッとのせる。全部をしっかり作り込むと古くさくなるので、主張したい部分以外は引き算!

ハネ上げラインでリップに負けない目元に

Fで長めのハネ上げラインを引く♪　次に黒目上あたりから目尻に向かって、Gでラインの上側をなぞるようにぼかす。目尻は少し太めにぼかすのがポイントだよ★

印象的な流し目とみずみずしいリップで計算されつくした隙♡

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

その他のポイントコスメは♥

F.なめらかなジェル状で描き心地◎。フルイッドライン ブラックトラック¥2,400／M・A・C（メイクアップ アート コスメティックス） **G**.品のあるグレー。ルミナイジング サテンアイカラー GY913 ¥3,000（編集部調べ）／資生堂 **H**.4色ブレンドで肌なじみ抜群。ヴィセ リシェ ブレンドカラーチークス PK-4¥1,500（編集部調べ）／コーセー

シャツ¥5,500／DURAS

似合う髪型やメイクがわかる！

ポーズが時代遅れにならない！

自信がついて美人オーラUP！

年を重ねてもどんどんキレイになっていく✧
お姉さんたちの間で評判の"撮る美容法"にフォーカス★

奇跡の1枚からひもとく 老けない自分アップデート術♥

同じ化粧、同じ角度の写メ…。見なれた顔に安心するのはわかるけど、それはマンネリ顔への第一歩！　常に新鮮な自分でいるためには、他人目線のかわいいも大事★　アラサーでも美人なモデルたちが実践する"撮る美容法"で新しい自分と出会ってみませんか？♥

PHOTO_Youki Oneyama (JOPS) [RINA,KANAE,SAKI,RIE]
HAIR_Anri Mitsuishi　EDIT&TEXT_Hironeko-A

客観的に自分を見ることでメイクやポージングの改善点が見つかる！

プロのカメラマンさんがいるスタジオなら、モデル気分も味わえて美意識も高まるっ★

重要なポイントは写メでもプリクラでもなく他人に写真を撮ってもらうこと！

撮る美容法を実践してるモデルたちはこう証言！

莉菜は
ガーリーな1枚にするため強めの光でツヤっぽく撮影

専属モデル(31歳／東京都)
独身・子供なし
桜井莉菜

衣装や小物もとことん女のコらしく♥

プリクラ並みに強い光でくすみや肌荒れを完全消去＆美白効果狙い♥　直前にボディクリームで保湿して肌のツヤ感にも徹底的にこだわったよ♪

佳那恵は
雰囲気を重視してファッション誌風に撮影

専属モデル(29歳／東京都)
独身・子供なし
杉山佳那恵

撮影後に加工を加えてInstagramっぽく★

光で肌のアラを飛ばしつつ、うしろに影をつけて雰囲気のある写真に♥　スタジオの加工サービスを利用しておしゃれ感も強調しました★

写真にこだわる姉agehaモデルたちが通う歌舞伎町の撮影スタジオ

ブリリアンジュールさんで撮った奇跡の1枚を紹介★

姉agehaの撮影でもお世話になってるスタジオ・ブリリアンジュールさんに、モデルたちがプライベートで通ってることが発覚★　みんなが自己プロデュースで撮った写真の一部と、そのこだわりをお見せしちゃいます♥

りえは
大人っぽさを意識してブランドの広告風に撮影

広島の看護学生(29歳／広島県)
独身・子供なし
青木りえさん

顔の角度や腕の位置にもとことんこだわった！

影りや陰影を強調したらモードな印象になった★　背景がグレーだから、全体が暗くなりすぎないよう白い服で抜け感を意識したよ♪

撮影スタジオ ブリリアンジュールが人気の理由★

写真にこだわる女のコたちが、なぜこぞってココに通うのか？
その秘密を緊急調査！

理由1 ヘアメイク以外にネイルもできちゃう♥
歌舞伎町の人気サロン「Musk」と提携。髪のセットとネイルが同時にできるから超便利♥

理由2 ドレスの販売やレンタル衣装もアリ
ドレスショップ併設なので勝負服探しにも◎。一部のドレスや靴は無料で借りられるよ♪

理由3 本格的な撮影機材でモデル並みの美肌に映る
シミやシワを飛ばす美肌ライトも完備。姉agehaのメイク撮影でもお世話になってます♥

理由4 自分で画面を見ながら写真の修正ができる♥
選んだ写真を画面で見ながら、スタッフに注文するだけ。たるみやほうれい線も消せる♥

ヨガインストラクター（28歳／東京都）独身・子供なし
真優川（まゆかわ）咲さん

咲は
お仕事の名刺用だから
女子アナっぽく撮影♥

透明感を強調して
清楚さアピール

つけまナシなのにめっちゃ盛れた♥　お見合い写真にも使えそうだけど、実物より清楚に写ってるから絶対「ダマされた」って言われそう(笑)。

スタジオ利用者に聞きました！ あなたが写真を撮りに来た理由は？

1位 キレイな写真を残したい
2位 婚活などのプロフィール用
3位 友達とのプリクラ代わり

「きちんとした写真って、卒アルや免許の写真しかない…◊」という声が多数。「プリクラより自然に盛れる」とグループで来たコも★

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
MERIさん

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
水野祐香さん

ヘルシーな肌色で
実年齢より若々しく

TOKYO NADESHIKOの名刺用に撮影♥　BBA感が出ないようライティング調整にマジ気合い。ヤバイ部分は撮影後にぱぱっと修正したよ♥

MERI&祐香は
ユニット感を出すため
双子ちゃんぽく撮影♥

さおちゅは
第2回 愛沢えみり妹分
オーディション優勝記念に

モデル（21歳／東京都）
伊藤里織さん

たくさんのカットから
写真を選べて楽しい★

かわいい衣装やおしゃれな小物がたくさん用意してあって、ワクワクしました！　色々な雰囲気で影できて、すっごく楽しかったです♥

姉agehaモデルに聞いた 撮影で女を磨くための三カ条

自分の姿をいろんな角度から研究！
自分を客観的に見てヤバイ部分を改善！　マメにモニターをチェックして、盛れる角度を知っておくと友達との写メでも失敗しない♥

他人目線のかわいいに積極的にトライ★
撮影にかかわるスタッフさんはみんなプロ★ 流行りのメイクや盛れる表情の作り方を提案してくれるから、"かわいい"の幅が広がる♥

失敗を恐れずに堂々と振る舞う
奇跡の1枚を撮るためには、変顔や半目を恐れず堂々と振る舞うのがコツ。慣れれば自信がついて内面から美人オーラが出てくるよ★

このページをコピーして持参すれば 近い雰囲気の写真が撮れる★

光の加減や肌色など、言葉で説明しにくい部分は、仕上がりイメージに近い写真を持参するとスムーズ♥　このページも活用してね★

料金は 修正代込みで 1カット 5,000円〜

スタッフに言えば撮った写真を使って、写真名刺やポスターを作ることも可能！(ともに別料金)。ヘアセットやネイル(各別料金)を希望する人は、予約時にひとこと伝えてね！

★撮影の種類

1. バストアップ	上半身の撮影（顔〜ウエスト）
2. フルアップ	全身撮影
3. セット	バストアップとフルアップのセット
4. イメージカット	背景を変えるアイテムを使ってデザイン写真を撮る

★料金プラン（税込）

・バストアッププラン	1カット	5,000円
・フルアッププラン	1カット	5,000円
・セットプラン	2カット	9,000円

もっといろんな写真が見たい人は 輝きたい女のコのためのポータルサイト LuLINE をチェック！

夜の世界で働く女のコたちの写真が満載！　かわいいコが多いから、イマドキのメイクの参考や美意識向上のきっかけにも◎★
お仕事探しにも便利だよ♪

ルライン　ナイト　で検索

広くてキレイな更衣室やメイクルームも人気♥

スタジオは全部で6つ★
プライベート感覚で撮れる

アンティークな雰囲気の
スタジオや小道具も充実

姉agehaの撮影でもよくお世話になってます！

主にメイクやファッションなどの撮影で使わせてもらってます★　もしタイミングが合えば、撮影中の姉agehaモデルたちに会えるかも!?

1日脂肪取りの

たった1回の注射で理想の身体&すっきり小顔に!!

顔やせクイック&ワンデー・ナイスボディで楽ヤセ♥

肌を露出する季節に向けて、気になる顔や身体のパーツの脂肪をピンポイントで撃退できる注射が登場! 施術は1回約30分程度。即効性が高いのに、痛みやダウンタイムはナシ! ダイエットで落ちにくい箇所にも効果的なんです♥

PHOTO_Keita Totori,Kazuhisa Niitsuma [AFTER]
HAIR_Takemasa [AFTER]
EDIT&TEXT_Shioka Soga

ダンサーAngelさんのお悩み…
ダンス衣装のハミ肉が気になる…ステージに立つ前に1日も早くなんとかしたい!!

顔やせクイック

初回限定価格 ¥6,000
（顔やせクイック１部位／ホホ・アゴ下）

植物から抽出した成分を主とする薬剤を、輪郭のふくらみやアゴ下のふっくらお肉に注入する“フェイスライン引き締め・小顔”のための注射です!

AFTER　BEFORE

ワンデー・ナイスボディ

スタンダード１回　¥43,200
二の腕（片側）

顔やせクイックと同じ薬剤を、身体の気になる箇所に注入する“痩身・脂肪取り”のための注射。セルライト減少にも効果的です!

AFTER　BEFORE

新価格でお得になりました!

共通の施術DATA＞時間：約20分　※施術箇所によって異なります。ハレ：ほとんどなし　※個人差があります。痛み：麻酔を利用すれば抑えることができます。内出血:施術箇所によって出る可能性があります。顔はメイクでほぼ隠せます。洗顔・シャワー・メイク・スポーツ：当日から可能。

コンプレックスのお腹のハミ肉もくびれて衣装もバッチリ♥

ダンサー（33歳／東京都）独身・息子1人
Angelさん

ぷっくり頬のお肉もすっきりしてスタイルもよく見える小顔に♥

楽ヤセの理由

1日脂肪取りはココがスゴイ!

すぐに効果が実感できます!

リンパ循環促進・脂肪分解促進・お肌引き締めの３つの働きで、注射後最短で翌日に効果が現れます。従来の脂肪吸引などとは異なり、効果が出るまで長時間待たなくてもOK!

ハレない・痛くない・ダウンタイムなし!

脂肪溶解注射では注入後、薬剤に反応することで注入箇所がハレたり、赤みや痛痒さを伴いましたが、１日脂肪取りの成分ではダウンタイムをほぼ解消。※個人差があります。

注射の成分は植物由来成分で安心

注射はクルミエキスやサポニン、チロシン（アミノ酸）など、すべて脂肪分解能力を高める薬剤。しかも身体に安全な成分なので、顔と身体を１度に施術できるのも魅力です。

1週間で3cmもくびれた♥

顔と腰周りの注射を１度にしたけど、思ったより痛くなくて感動! ７日後にはハミ肉も気にならなくなったよ♪

担当していただいたのは…

品川美容外科　新宿アイランドタワー
佐藤 玲史先生

１日脂肪取りは脂肪燃焼効果のある、今最も注目の施術。身体のパーツはもちろん、頬がすっきりするだけで目鼻立ちの印象も変わってきます。お気軽にご相談下さい。

写メ撮りあって盛れるカメラについてトーク中♥
ケータイ白書♥

ポケベルから数えたら平均15年。いつも持ち歩き、スマホになった今もケータイって言っちゃう★　画面に使ってないアプリたくさんあるけど、どれも便利で捨てきれない！　そんなお姉さんたちの今のケータイ事情についてクローズアップ

EDIT&TEXT_Kumi Matsuno

#PART.1
#ダウンロードするけど #結局 #使うのは #盛れるやつ
1番使うアプリ編♥

SNSにまとめてUPしたい!! オシャレなコラージュは??

NAME: 美咲
インスタマグは初心者でもカンタンにできるし、周りで使ってるコ多いよ♥
マンガのデザインやシンプルなテンプレが多くて操作もカンタン♥　インスタ用に正方形があるところもお気に入り

NAME: 水野祐香
差をつけるなら、センス高めのコラージュができるモルディブ
大人っぽくて感度高めなデザインのテンプレが豊富！　あらかじめデザインされてるから海外の雑誌みたいな1枚になる

NAME: らら
私はデコぷち　1から作るから自分だけのコラージュができるよ★
1枚1枚写真を加工してフレームつけて、背景を選んで文字入力♪　写真の切り抜きもできるから、隠したい部分を切り取れるところもgood♥

姉ageha
入門者はインスタマグ♥　慣れたらモルディブやデコぷちでこだわり発揮
美咲ちゃんの他にも、インスタマグを愛用してるお姉さんは数知れず　1枚でたくさんの写真を載せられるコラージュは手放せない存在だよ♥

NAME: 久保七瀬
ワンダーカメラもイイけど、ビューティプラスは一瞬でキレイにしてくれるよ
同じようにフィルター選べたり修正したりできるけど、ビューティを選択しておけば撮るだけで一発修正♪　細かく設定しなくても盛れる

NAME: 美咲
しかもビューティプラスは脚を長くできるからコーデ撮るときに便利♪
下からあおって脚長く見せて撮るのはもちろん、そのあと脚長に微調整♪　LINEにすぐ送れるから、友達と撮るときも使えて便利♥

NAME: 大城あい
カメラ360も盛れますよ♥　特に小顔修正はすごく自然に仕上がる!
撮ったあとに両目と口の位置を決めるんです♪　小顔に修正するときその3点が軸になるから、変に偏らなくて自然♥　他の修正機能も充実。

NAME: まなか
私はメイトーシュシュを使うよ♥　何を撮るにもコレひとつで素敵になる
フィルターは人物でナチュラルが1番盛れるよ♪　人物以外にもグルメや風景に合ったフィルターが豊富で、文字入れやSNS共有もカンタン★

姉ageha
修正するのは当たり前だけどプリクラまでは求めてない!
最近のカメラアプリはフィルターや修正機能が優秀すぎ♥　プリクラの違和感知ってるし、ちょっとの修正にとどめておくのも盛り写メのヒミツ

シミ・シワ・くすみはいらない!! どのカメラが盛れる??

NAME: 杉山佳那恵
ワンダーカメラは修正が超自然!　撮影後に加工しなくても問題ナシ
シャッターを押す前にその場の明るさや雰囲気によってフィルターをチョイス。自然に盛れるスイートやホワイトがオススメ♪

NAME: MERI
私もワンダーカメラ!　－10歳肌になれるからコレしか使ってない♪
美肌やデカ目が絶妙で、プリクラみたいな不自然さがないよ　最近これありきの顔に慣れてきて脳内の自分は写メの自分(笑)。

NAME: 真優川 咲
修正するならワンダーカメラで撮ってフォトワンダーを使うのがオススメ♥
ワンダーカメラでも修正できるけど、フォトワンダーは自分で微調整できるからお気に入り♥　ほんのちょっと、の具合が秀逸

痛く見えないのが重要!! Selfieのポイントは??

NAME: まなか

顔に手を添える虫歯ポーズは小顔に見えるからいつもやっちゃう

少しだけ口元に寄せれば遠近感も出てさらに小顔に♥　アゴを引きすぎたり、目を開けすぎるのはNG！　あとは盛れる光をくまなく探すこと

NAME: 青木りえ

私も虫歯ポーズはよくやるよ♥ 髪の毛で片目隠すのもオススメ♪

日によってメイク失敗するし、むくんで目がもたついたときにごまかせるの♪　前髪をバサッと下ろして、ラフな雰囲気を出すのがポイント！

NAME: 杉山佳那恵

私は白壁をバックに白い服 全方位からのレフ板効果を狙う♪

光も重要だから、自然光が入る場所や自販機の前で撮るとキレイに撮れるよ　やや上から撮れば、デカ目＆小顔効果が程よくて自然に盛れる♪

姉 ageha

光の加減にカメラの角度、虫歯ポーズの3つが揃えば誰でも盛れる♥

やりすぎないヘアやメイクも重要だけど、文明が進んでる今、あとはカメラアプリがなんとかしてくれる　頼れるものには頼るのがお姉さん流✧

NAME: 杉山佳那恵

ひとつのアプリで済ませるならフォトコラージュが感度高め!!

写真を1枚だけ選んで文字やスタンプの加工ができるし、最高10枚までのコラージュも可能だよ★　英字フォントがオサレ

姉 ageha

ラインカメラは子育てでゆっくりいじってる時間がないママにオススメかも♥

けいこさんの他にも、ママでは古橋綾香ちゃんや谷 和香ちゃんもラインカメラ愛用者　たくさんあるから、自分だけのお気に入りを見つけて♪

いいね♥が欲しい!! 動画でオススメある??

NAME: 桜井莉菜

面白動画を作るなら早送りとスロー撮影機能があるグッドタイム

撮影スピードを設定できるから普通の動きを撮るだけでも面白い★　変なダンスして撮るともう爆笑レベル！

NAME: 水野祐香

ロードムービーは初心者でもオシャレなショートムービーを作れるよ♪

短いコマ割りを組み合わせて作る動画♪　最後に日付が出るから旅行向きかも。2秒のコマ割りがオススメ

NAME: 美咲

マイムービーは動画の組み合わせ方が分かりやすくてカンタンだよ

好きな秒数だけ撮影してつなげたり、前に撮った動画を切り取って足すこともできる♥　最後に一言入れられるのもツボ

姉 ageha

動画だとアラが出やすい年齢だけど、この3つのアプリなら心配ナシ♥

フィルター加工ができるから普通の動画よりちょっと盛れるし、雑音消して好きな音楽をBGMにすればオシャレに仕上がる♪　SNSが充実するよ

かわいくデコりたい!! 文字入れやスタンプはどれがオススメ??

NAME: 桜井莉菜

デコピックはテンプレがかわいいし、スタンプのせるのがプリクラ感覚♥

普段そんなにコラージュしたりデコったりはしないんだけど、スタンプだけは隠したいところをイイ感じにごまかせるからお気に入り♥

NAME: MERI

かわいいフォントがたくさんあって色や柄も選べるテキストオンフォト♥

写真はシンプルなほうが好きだから、スタンプやフレームは使わずに文字のみで潔く✧　撮影で撮ったイメージ写真を自分なりにアレンジしてる♪

NAME: けいこ

ビューティを押せば1回の操作で盛れるからラインカメラ派です

修正機能にコラージュ、スタンプやSNSアップなど機能が豊富♪　アプリにうといから、ひとつのアプリで済むラインカメラは重宝してます♥

公衆電話に並んでポケベル打ってたお姉さんたちが、

15年前に比べたら文明の進化は画期的!!

お姉さんの

#PART.2

#使うのは #SNSや #カメラだけじゃない

人に教えたい神アプリ編♥

NAME: 立石なみ

ファムでフォトカレンダーを作っておくと、子供の成長記録になるよ♪

子供や家族の写真でカレンダーが作れるの♥ 子供の名前や月齢を入れてくれるし、無料なのも嬉しい♪

NAME: らら

バスで移動するときはバスいまどこ?を使うと時間をムダにしない♪

運行状況に合わせて家を出ればバス停で待たされることもないし、遅刻して乗り遅れることもなくなるよ♥

NAME: 奥山絵里奈

カラフルを使うとデコるよりオシャレ自分でイメージ写真作ったみたい

モノクロやセピアのフィルターかけると雰囲気出るけどちょっと寂しい リップや飲み物だけ色を復活させれば、ワンランク上の仕上がりに♥

先取りコラム

チャットメールにマップやカレンダーがついた無料アプリMemoryが登場予定♥

「Memory」（メモリー）はチャットメールに共有できるスケジュール、地図上にコメントを投稿できるマップ機能などがついた次世代アプリ！

カレンダー機能

予定を承認・受理すればお互いのスケジュールを確認・共有できたり、記念日や誕生日、イベントをカウントダウンする機能もついてるよ♥

大切なの人の誕生日も忘れない

マップ機能

どこいくMAPでは、地図上にコメント投稿することで情報を共有できるしくみ★ 家族の居場所やお店の場所確認など、使い方いろいろ♪

コメントで近くの友達とも合流可能

NAME: Angel

YouTubeでは双子姉妹、かんなちゃんとあきらちゃんの動画をよく見てる♥

いろんなおもちゃで遊んだり、パパとデートしてる動画なんだけど、おもちゃでうまく遊べなかったりご飯食べて喜んだりしてる姿がかわいい♪

ぐずったりワガママを言ったとき…気分や成長に合わせて複数キープ!

他にすくすくアプリ、鬼から電話が人気。ちなみに子供がスマホに依存しないように、遊ばせるのはパパのスマホだけって決めてるママもいたよ

姉 ageha

コレ、ダウンロードしたほうがイイ!!っていう便利すぎるアプリは??

NAME: MERI

オリンパスイメージシェアはデジカメ画像をスマホにとばせるスグレモノ

Wi-Fi環境が整っていれば、画像を取り込んで加工できて、友達にもすぐ渡せる。PC使わないからSNSアップもラク

NAME: まなか

ネイルでネタに困ったらデザイン豊富なネイルブックが使えるよ♥

60万枚を越えるネイルの写真が投稿されているから毎月コレで流行りチェック デザインの参考に◎!

子供がぐずっちゃった……スマホで遊ばせてる??

NAME: 谷 和香

上のコは動画見るのが好きだからまずラインキッズ動画を見せる♪

妖怪ウォッチやアンパンマンとか、子供が好きな動画が豊富✧ ほとんど無料だし、長時間見すぎるのを防ぐ設定があるから安心して見せられる★

NAME: 古橋綾香

電車や車の中でぐずったときはタッチ!あそベビーであやしてる

指でタッチするだけで塗り絵やおままごと♪ リズミカルな音楽も流れるから、機嫌直って夢中になって遊んでくれるよ

NAME: 鈴木愛美

おしゃべりネコのトムはコミカルな動きが楽しくてずっと遊んでる★

話しかければオウム返しするし、タッチすればかわいく動く♪ 飽きずに楽しんでくれるよ 男のコならカーズもオススメ。

#PART.1と2で #紹介した #アプリ #詳細

ラインカメラ
フレームやスタンプ、フォント素材が豊富♪ 自動修正機能が便利でお姉さんに人気♥（Android、iPhone対応／無料）

テキストオンフォト
フォントと色を選択するだけでカンタンに文字入れ可能。手順が少ないので動きもサクサク♥（iPhone対応／無料）

デコピック
季節に合わせたスタンプの更新が多い★ テンプレがあるのでデコるのがカンタン！（Android、iPhone対応／無料）

デコぷち
デコ系アプリの中でもフィルターやスタンプが豊富♥ カスタムの自由度が高いのもポイント♪（iPhone対応／無料）

モルディブ
シンプルな2分割から雑誌みたいなデザインまで種類が豊富。スタンプや文字入れも可能♥（Android、iPhone対応／無料）

インスタマグ
サンプルが豊富だからコラージュが想像しやすいし、写真の数を最初に設定できるのも◎♪（Android、iPhone対応／無料）

メイトーシュシュ
人物、料理、風景のフィルターが豊富。モザイクを入れられるのが面白い！（Android、iPhone対応／無料）

カメラ360
自撮りの修正機能の他に、メイクできる機能付き。風景撮影にピッタリなシーンも豊富（Android、iPhone対応／無料）

ビューティプラス
細かい作業がニガテなお姉さんの愛用率高め♥ 美顔加工やSNSへのアップがカンタン！（Android、iPhone対応／無料）

ワンダーカメラ
お姉さんの使用率No.1✧ スムース、スイート、ホワイトのフィルターが人気だよ♪（Android、iPhone対応／無料）

#PART.3

#みんな #ケータイ #何使ってる?

個人情報編♥

最後はみんなのケータイについて★ 待ち受け画面は好きな写真ばかりと思いきや、シンプルに初期設定の壁紙のコも😊

Q1. 今のスマホのキャリアと機種は?
Q2. 月々の平均料金は?
Q3. 充電器持ち歩いてる?
Q4. アイコンの写メはなんてアプリで撮った?
Q5. 複数台持ちの人、使い分け方は?
Q6. 初めてケータイ持った年齢は?
Q7. 初めて持ったケータイの機種は?

莉菜は iPhone5を2台持ち♥

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし

待ち受け画面は仲良しのagehaメンバーとリムジン女子会したときの😊 楽しすぎてやばたん♥ ケースはビジューがかわいい★

A1.2台ともSoftBankのiPhone 5 A2.計2万ちょい A3.yes A4.ワンダーカメラ A5.仕事とプライベートで分けてる A6.高校2年 A7.セルラーフォンのキティちゃんケータイ

さやかは iPhone5sと4sを2台持ち♥

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし

待ち受け画面は愛しのハードウェル様と♥ LOVE♥ アリシア・スタンのケースはビーチっぽいデザインがお気に入り😊 海好き♪

A1.docomoのiPhone5sとSoftBankのiPhone4s A2.計2万円弱 A3.yes A4.ワンダーカメラ A5.4sはスケジュール管理用。メインは5s A6.15〜16歳 A7.docomo

けいこは iPhone5sを1台持ち♥

専属モデル（31歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人

待ち受け画面はバービーちゃん♪ ケースはハイブランドの香水瓶デザインぽいもの！ 黒とゴールド、パールの組み合わせがツボ😊

A1.SoftBankのiPhone 5s A2.1万円くらい A3.no。撮影で東京に来るときくらい A4.ラインカメラ A5.1台のみ A6.15歳くらい A7.機種は忘れたけどau

佳那恵は iPhone 5sと4sを2台持ち♥

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし

待ち受け画面は下着撮影のときのさやかちゃんとの絡みショット♥ ケースはたくさん持ってるので、気分によって変えてる★

A1. SoftBankのiPhone 5sとiPhone 4s A2.計2〜3万円 A3.yes A4.ワンダーカメラ A5.5sがメインで4sはデータ保存用 A6.14歳かな A7.ボーダフォン

沙世は iPhone5sと6とガラケーを3台持ち♥

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人

待ち受け画面は前に飼ってた2匹の犬★ 死んじゃって悲しい💧 ケースは香水瓶型のクリア★ ついてたチェーンは取れちゃった！

A1.5s がSoftBank、6とガラケーがdocomo A2.約3万円 A3.no A4.ワンダーカメラA5.5sがメイン。容量欲しくて6を購入、ガラケーは夜時代の電話帳 A6.中2 A7.ボーダフォン

古橋綾香は GALAXY S4を1台持ち♥

歯科医療事務育休中（31歳／東京都）
既婚・息子1人

待ち受け画面は愛する息子♥ 育児系雑誌の表紙を飾りました♥ ケースはつけない派★ 本体とのスキマに入るゴミが許せなくて💧

A1.docomoのGALAXY S4 A2.1万5千円くらい A3.no A4.ラインカメラ A5.1台のみ A6.高校入学のとき A7.ボーダフォン

MERIは iPhone5を1台持ち♥

主婦&TOKYO NADESHIKO
ブロガー（35歳／東京都）
既婚・子供なし

ケースは手帳型カバー。星型スタッズがクールだけどピンクで強すぎない♪ 待ち受け画面は姉ageha初期の誌面画像♥

A1.SoftBankのiPhone 5 A2.8千円くらい A3.yes A4.ワンダーカメラ A5.1台のみ A6.18歳だったかな A7.Tu-Ka

早紀は iPhone5を1台持ち♥

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし

ケースは家電量販店とかで売ってるクリアのもの。破損防止に★ 待ち受け画面はルブタンのヒール♪ ギラギラ感が素敵！

A1.SoftBankのiPhone 5 A2.2万円弱 A3.no A4.ビューティプラス A5.1台のみ A6.中2くらい A7.ボーダフォン

ららは iPhone5sを1台持ち♥

家事手伝い（35歳／東京都）
独身・子供なし

チェーン付きの手帳型ケースはプレゼントで★ 友達からも評判イイ♥ 待ち受け画面は花火大会に友達と行って撮った写真♪

A1.docomoのiPhone 5s A2.1万円くらい A3.yes。昔はお店に置いてた A4.ビューティプラス A5.1台のみ A6.15歳 A7.docomo

美咲は iPhone6とガラケーを2台持ち♥

Vivianカラコンアドバイザー
（31歳／東京都）独身・子供なし

待ち受け画面はアップルマーク♪ アプリが見やすいし、がちゃがちゃしてなくて落ち着く😊 ケースはクリアで頑丈なやつ★

A1.SoftBankのiPhone 6とauのガラケー A2.計2万円くらい A3.いつも A4.ワンダーカメラ A5.ガラケーは通話のみ A6.18歳とかかな？ A7.忘れたけど確かKDDI

まなかは iPhone5sとXperiaを2台持ち♥

北新地バニラ勤務&アパレル
会社社長（28歳／大阪府）
独身・子供なし

待ち受け画面は何かの写真だとアプリで見えないから内蔵されてる夜空★ アプリも探しやすい😊 ケースは年上のボーイがくれた♪

A1.SoftBankのiPhone 5sとdocomoのXperia A2.計1万6千円 A3.撮影のときだけ A4.メイトーシュシュ A5.メインはiPhone、昔の友達やお客さんはXperia A6.15歳 A7.docomo

りえは iPhone5sとディズニーケータイを2台持ち♥

広島の看護学生（29歳／広島県）
独身・子供なし

ケースは沙世ちゃんも使ってる香水瓶型のクリア★ チェーンついてると便利だったけど取れちゃった💧 待ち受け画面はバービー😊

A1.2台ともdocomo A2.計4万円くらい A3.no A4.ワンダーカメラ A5.ディズニーケータイはデータ保存用 A6.親が厳しくて20歳 A7.docomoのSH

七瀬は iPhone5cとheartのケータイを2台持ち♥

美容ブロガー（29歳／大阪府）
独身・子供なし

ケースは新宿のデコ屋さんにオーダーしたもの♪ イニシャルや色合いが大人かわいくて好き😊 待ち受け画面は初期設定のグレー★

A1.docomoのiPhone 5cとワイモバイルのハートのケータイ A2.計1万3千円くらい A3.no A4.カメラ360 A5.メインはiPhoneでハートケータイは電話かける用 A6.中2くらい A7.Tu-Ka

なみは iPhone6を1台持ち♥

WEBデザイナー（29歳／東京都）
バツイチ既婚・息子1人

ケースはピンクの手帳型♪ ボタン部分のビジューが上品で大人っぽいのがお気に入り😊 待ち受け画面はラプンツェルだよ♪

A1.docomoのiPhone 6 A2.1万2千円くらい A3.ほとんど家にいるので電池切れない A4.ラインカメラ A5.1台のみ A6.中3のとき A7.auの16和音

オリンパスイメージシェア
Wi-Fi環境があれば、PCを使わずスマホでデータ加工や送付がその場でできる♥（Android、iPhone対応／無料）

ファム
子供の写真を使って無料でカレンダー作成。データ容量は無制限でバックアップ機能アリ★（Android、iPhone対応／無料）

バスいまどこ?
利用したいバス停の時刻表を検索できて、バスの位置情報がリアルタイムに調べられる😊（Android、iPhone対応／無料）

カラフル
一部だけカラーのモノクロ写真が作れる。使い方もシンプルで細かい作業がニガテなコも◎。（Android、iPhone対応／無料）

おしゃべりネコのトム
トムをなでてしゃべりかけてとペットみたいにコミュニケーションできるアプリ★（Android、iPhone対応／無料）

タッチ！あそベビー
0歳から遊べる感覚アプリ。料理や歯磨きなど生活のことを遊びながら学べる😊（Android、iPhone対応／無料）

LINE キッズ動画
子供に大人気のアニメや教育番組の動画など1500本以上がラインナップ★ いつでも無料！（Android、iPhone対応／無料）

マイムービー
今撮影した動画と過去に撮影した動画も組み合わせられる♪ 片手で撮影してもブレないのも◎。（iPhone対応／無料）

ロードムービー
トータル24秒の録画時間を1秒×24ショット、2秒×12ショット、3秒×8ショットから選択して作成。（iPhone対応／無料）

グッドタイム
フィルター加工にBGM選曲、スロー&早送りの動画がカンタンに作れる😊 動画時間は15秒。（iPhone対応／無料）

フォトコラージュ
コラージュやフレームなど90種類以上のテンプレがあり、インスタ、Twitterに共有可能。（Android、iPhone対応／無料）

ケータイ発売記念! Secret Party 潜入レポ♥

六本木のV2 TOKYOで開催されました★　大盛況だったイベントの一部と、話題のHeartの魅力をお届けします

PHOTO_Nobuyuki Sasaki(P96-97), Yoshinobu Bito(P98)　STYLING_Mizuki Nakano　HAIR_Chiharu Koya, Ayumi Maruyama, Ayako Hiraoka, Takemasa　MODEL_Sayaka Araki, Rina Sakurai, Kanae Sugiyama, Saki Kagami, Rie Aoki, Saki Mayukawa, Meri, Misaki, Erina Okuyama, Nanase Kubo　EDIT&TEXT_Hironeko-A

Y!mobileさんのステージでは 姉の専属モデルたちがハートのケータイをPR★

専属モデルがHeartをイメージした赤＆黒のドレスで登場！　ゲストのアレクサンダーさんと一緒に製品の魅力をアピールしました♥

"かわいい♥そしてとにかく安い！ ハートのケータイがこの春大流行の予感♡"

sugar×姉ageha ファッションショーも♥

カジュアルなショーから一転、sugarさんのドレスでゴージャスに♥　専属モデルは全員白、他のコは華やかな色や柄で会場を魅了✧

早紀は女神みたいなワンショルドレス
極上の笑顔と胸元のきらびやかな装飾、透け肌で視線をくぎづけ！

後ろ姿もセクシーなロングベアドレス♥
後ろ側も前も色っぽさ全開！　スタイルの良さが際立ってました✧

ウエディング風衣装でフェアリーナに変身♥
莉菜にぴったりな姫ドレス。お客さんも「かわいい〜!!」と大絶叫！

シンプルなデザインがオーラを底上げ！
肌の露出は少なくても元・嬢王の貫録がだだ漏れ！　さすがです★

LUV K RAFTがライブで熱演！

Heartの着信音を手掛けたバンド。澄んだ歌声が印象的でした。

セレブな雰囲気に会場からもため息♥
青木りえさんはロングのベアドレス。凛とした振る舞いでクールに。

美咲はトロピカルなハデ花柄で夏を先取り
白×花柄がさわやか。夜歴が長かっただけあって着こなしも完璧。

春っぽさ全開のガーリードレス♡
奥山絵里奈さんは、ふわっとした花柄ドレスでお嬢さんっぽく♥

会場内のsugarのブースもHeart仕様★

ドレスとハートの風船のコラボが華やか。常に人で賑わってました。

会場は大盛り上がり！ 姉agehaのみんなも応援に来てくれたよ♥

ららさん、古橋綾香さん、鈴木愛美さんはお友達と一緒に参戦！

当日の来場者は約400人。ステージ周りは熱気と歓声と笑顔の嵐★

MERIはデュラスのセットアップでメスカ
カジュアルなボーダーコーデはボディラインでフェロモン放出♥

佳那恵はディライルの花柄ワンピでイイ女風
ふんわりカラーでエレガントに♪　ウォーキングもキマってた

さやかはデュラスの南国カラーワンピ♥
髪と服をなびかせ踊るように登場。さやかスマイルに観客も熱狂★

莉菜はダチュラでお嬢様のバカンス風
旬の花柄ワンピに、女優帽や太ベルトで莉菜っぽさをプラス

オープニングアクトは 姉agehaモデルによるファッションショー★

DaTuRaやDelyle NOIR、LIP SERVICE、DURASの新作で女らしい一面をお披露目♥　緊張しつつも全員ステージを楽しんでたよ

七瀬はデュラスの衣装で美脚をアピール♪
甘めのトップスにハットとショーパンを合わせてクールに味つけ★

早紀は旬のイエローとホワイトでさわやかに
旬と甘さと女らしさをいいとこ取り。早紀の雰囲気にもピッタリ✧

咲はディライルのパステルワンピ♥
ラベンダー色が上品♥　本番では誰よりもお客さんに笑顔を振りまいてました✧

Y!mobile

「かわいい♥」「通話料が安い!」「スマホとの2コ持ち

Heartの

月額1,500円(税別)の
スーパーだれとでも定額で
通話し放題!!(※1)

ワイモバイルさんの新しいケータイ「Heart」の発売とお披露目を記念したスペシャルな催しが、3月某日に六

”ケータイっぽくないから机の上に置きやすい♥“

”カラーは赤と黒の2色 小さいから持ちやすい♪“

シンプルでかわいいと会場でも大人気!

通話機能だけのケータイ Heartとは?

電話としての機能を追求した通話機能のみのケータイ。「かわいくて月額料金も安いし、音声品質もいい✧」と会場の女のコも大注目していたよ★

通話機能のみだからLINEやメールを気にしてる風に見えない。かわいいから見栄えも◎。

年々大きくなるスマホと違って持ちやすい♥ 重さも軽いから長時間電話しても腕が疲れない

これが原寸大の大きさ

さやかと莉菜もタッチ&トライ!

置くだけでサマになる

周りの目を引くデザインだから、おしゃれ小物感覚で使える!

赤と黒の2色展開だから大事な人とおソロで持てる

「え、これがケータイ?」と驚く莉菜に前号で端末に触れたさやかが使い方をレクチャー。「友達との会話のネタにもなりそう♥」(莉菜)。

使い方は超シンプル♥

❶くるっとひねって着信キャッチ

電話がかかってきたら、ハートの半分をくるりと半回転★ カチッという音でストレートになったら、そのまま通話スタート✧

❷電話帳は100件まで登録可能♥

表面にタッチセンサー機能がついているので、Wタッチやフリック入力で数字が打てる。アプリを使えばスマホからのコピーも簡単。

仕事のメールを見ながら電話できる♪

出歩くことが多いからスマホでメールの資料を見ながら電話できると超助かる! 通話し放題だから料金を気にせず話せそう。

通話しながらスマホが見れて便利!

長電話してるとついLINEを見落としがち。Heartを通話用にしてスマホをアプリ用にすれば急なお誘いも見逃さずに済むね。

こんなお姉さんにオススメ♥

- ♥電話で話すことが多い!
- ♥無料通信アプリは通話が切れやすくて苦手
- ♥仕事と友達で電話番号を使い分けたい
- ♥2〜3台持ってるスマホを整理したい

会場のお客さんや姉のコたちもHeartに興味シンシン★

使い方が簡単!

「新しいケータイって使い方がわからなくて困るけど、通話だけでシンプルだから楽♥」(りえ&美咲)。

仕事用に使いたい

「仕事場で通話しておしゃれ感をアピりたい(笑)。番号を分ければ公私の区別もつくしね✧」(佳那恵)。

説明を聞きながら体験

今までなかった形にお客さんたちも「すごーい♥」を連発★ スタッフさんと盛り上がってました

通話の音質がいい!

「無料通話アプリみたいに声が途中で途切れないし、声もキレイに聞こえる。安心して話せそう♥」(咲)。

恋愛運上がりそう♡

「ハート型だし持つだけでいいことありそう(笑)」(絵里奈)、「夫婦でおソロ持ちもいいよね♪」(MERI)。

さっそく契約したコも

この日は発売前だったので、ひとまず仮契約。決め手は「形のかわいさと通話料の安さ」だそうです♥

お問い合わせはコチラへ☆

KGEM

KGEM ハートのケータイ

充電器もハートにしよう!

☎0120-665-772 (受付時間10:00〜17:30 土日祝日除く)

※1「ケータイプラン」に当オプションサービス「スーパーだれとでも定額」を追加すると、通話回数を問わず、国内通話が無料でご利用頂けます。
●「着信転送サービス」における転送先への通話は、ご利用の料金プランに応じた通話料がかかります。
● 国際ローミング・国際電話(海外への通話)・留守番電話センターへの通話料(録音料・再生料を含む)やナビダイヤル(0570)・テレドーム(0180)・番号案内(104)などは、当サービスにおける無料通話の対象外です。
★姉 ageha ファッションショー衣装協力ブランド/ R&E、お世話や、DaTuRa 渋谷 109 店、Delyle NOIR 渋谷 109 店、DURAS、FLAG — J 渋谷 109 店、LIP SERVICE

Seacret Partyに参加してくれた、おしゃれなお姉さんたちをパパラッチ！

華やぎ夜会SNAP

スペシャルブースで撮影したよ♥

最後にイベントの一角で行われたSNAP撮影会の様子をお届け✧ 参加してくれたのは約150人。モノトーン系コーデが多い中、目を引いたのは春本番を意識した淡いピンクや花柄ドレス。ハイウエスト人気も健在でした

服より靴を光らせるのがお嬢様風コーデの流儀♥

桜木れいなさん キャバ嬢（30歳／大阪府）

ワンピは大阪OPAのサリエで約11,000円。ゴテゴテ&キラキラのパンプスで華やかにコーデ。

桜色と南国っぽい柄で春の訪れにカンパイ♪

みゆ姉♡さん 学生（21歳／神奈川県）
れなちすさん 学生（21歳／神奈川県）

れなちすはRadyのツイードワンピとR&Eの靴でお上品に。みゆ姉はデュラスのハデ柄ワンピとRadyの靴でとことん華やかに♥

やわらかな甘色ドレスで春っぽく♥色っぽく

菜採 梓さん 芸能プロダクション代表取締役（24歳／埼玉県）

Sugarのドレスは約20,000円。背が低いので、ヒールが高いR&Eのパンプスでバランスよく

ラフなプチプラアイテムはバランス感でメリハリつける

柚乃さん Like ill プラチナガール（24歳／東京都）

デニムジャケットはフォーエバー21で、ほかはノーブランド★ ショート丈トップス×ハイウエストの組み合わせでスタイル良く見えるように♥

ネオンカラーのお花柄でロマンチックモード♥

しいぴょんさん キャバクラ勤務（22歳／東京都）

全身エミリアウィズ。ピンクローズのワンピは16,000円、パンプスは18,000円くらいでした。

春の切り替えワンピは白×パステルがテッパン♪

あやっくまさん 建築士（21歳／東京都）
まのちむさん 学生（21歳／東京都）

まのちむのワンピはデイライルで、あやっくまのはエミリアウィズだよ★ ミニ丈&タイトなラインでオトナっぽいスタイルに

王道のオールブラックは異素材と透け感で差をつける

坂井寿美江さん フリーター（29歳／東京都）

パーティーっぽく全身黒★ 重く見えないようにエモダのトップスとタイツで透け感をプラス。

ハイウエストのお花畑でホップステップ脚長美人

黒島恵美さん エステティシャン（23歳）

夢展望のタイトワンピはスタイル超盛れる♥ キラキラビジューの靴はRadyで約10,000円★

ピンクで♥をビビッとゆさぶる小悪魔ちゃん

さとみんさん キャバ嬢（23歳／東京都）

全身デイライル♥ ピンクコーデに黒のキラキラアウターをON。イベントでも超目立つ

ツヤめく髪がアクセ代わり L.A.セレブ風スタイル

はるぴさん 美容業（24歳／東京都）

脚長効果抜群のワンピはトップで6,000円★ 脚の形がキレイに見えるパンプスはダイアナで購入。相乗効果でワンランク上の美脚に♥

ふんわりミニワンピで美脚をアクセに格上げ

ラムさん モデル（24歳／東京都）

ワンピは大阪の4everyで4,000円。ネックレスは下北沢のAGNOSTで10,000円でした★

全身黒じゃつまらないから靴の裏から情熱アピール♥

水嶋えりかさん キャバ嬢（26歳／大阪府）

ワンピとベストは大阪OPAのアンディで各約10,000円。靴は大丸ルブタンで約18万円✧

柄ON柄のギャルカジはシブ色ボトムで大人っぽく

佳奈さん 学生（20歳／東京都）

トラ柄のアウターとヒョウ柄のトップスはd.i.a、さし色にしたボトムスはアルタでGET♥

バブリーでセクシーなイイ女が今日のテーマ♥

星野 南さん 芸能プロダクション勤務（35歳／東京都）

チェーン柄がバブリーなワンピはデイジーストアで約7,000円。パンプスはエスペだよ♪

かぶりやすい黒ワンピも双子風ならかわいさ2倍

パッと見おソロと思わせるキャラ出し間違い探しコーデ

永野間美咲さん シンガー（23歳／東京都）
石川マリーさん シンガー（26歳／東京都）

ドレスコードを黒ワンピ×ハットにして双子ちゃん風♥ マリーのワンピはヴィンテージのお店、美咲のワンピはH&Mで購入♪

当日撮影したみなさんを一挙公開！
Sugarのサイトをチェック！
URL: http://www.sugar-net.com/

しゃれに見せるコツまでナビゲート♥

部屋カタログ♥

のヒケツ★　インテリアの参考に4つのお姉さんモデルルームと最新アイテムをご紹介♪

Part 1 部屋カタログ♥ お姉さんのお部屋CHECK編

PHOTO_Oshow Okazaki
EDIT & TEXT_Midori Sasaki

Room.1

Living room

旦那の趣味を優先したイケア尽くしのシンプルモダン部屋

♥この部屋のこだわり♥

1. 物が1つ増えたら1つ捨てる！
2. 生活用品は見えないところに収納
3. いつでも人を呼べる状態をキープ

居住形態…1LDKマンション（LDKは15畳）／夫と猫2匹と同居／居住歴5年♥

主婦＆TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし **MERIさん**

最近、旦那の好みに合わせて部屋の模様替えをしたばかり。シンプルなほうが仕事から帰って来てくつろげるみたい。ちなみにパネル写真のタトゥーの人は旦那じゃないよ

夜は間接照明で雰囲気を出す♥

壁の空白はパネルで埋める♥

アクセントにデザイナーズチェア

ソファー用のテーブルは、座ったときにご飯が食べられる高さだと使い勝手がいいよ♪

フランフランのクッション&カバー

そうそう買い替えられないソファーは布とクッションでイメチェン。

座らないけどインテリアとして置いているダイヤモンドチェア。ストールを差し色に♥

イケアのキャンドルホルダー

テーブルランプもカゴもすべてイケアで白一色。カゴの中にはコテとかを入れてるよ

イケアのベッドサイドテーブル

フランフランのフック型小物入れ

アラビアのティーカップ&ソーサー

おしゃれ感のあるキッチンアイテムはあえて出してアクセントに♥

Kitchen

キッチンは長くいる場所だからこそ美観を重視。調理道具と調味料は使う都度しまう

このスツールに腰掛けて煮込んだり焼いたりしながら酒を嗜む

ガスの元栓とコンセントの前に鉢植えのポトス。ボウルはイッタラ。

見た目がおしゃれな道具は飾る♥

コンセントは観葉植物で隠す♪

ストウブのピコ・ココット鍋

Room.2

照明にまでこだわったヨーロピアンクラシカルな貴族部屋

♥この部屋のこだわり♥

1. ルネッサンスなイタリア製家具
2. 視界から生活感をとことん排除
3. 部屋に合わせた落ち着いた暮らし

居住形態…地下1階地上4階建ての4LDK（リビング18畳）／彼氏と犬1匹と同居／居住歴1年半♥

ダンサー（26歳／東京都）独身・子供なし **RIRIさん**

クラシカルなインテリアは彼氏の趣味。家具はすべて神戸の輸入家具専門店『メゾンドマルシェ』で。インテリアのせいなのか、家での自分は静かに落ち着いた生活をしてる

ヤマギワのシャンデリア♥

家具の存在感が大きいから照明も負けないくらいラグジュアリーに。

Bed room

ファブリックを白にしてシックな雰囲気。自分の好みも反映されてて一番落ち着く場所かも♥

ポイントで雰囲気の出る間接照明

カーテンとセットで作ったカバー

部屋が重々しいから抜け感が出せる白い小物をポイントで置くよ♥

フラングミュラーのノベルティ♪

クリスタルの花瓶とかはキャビネットの中に装飾品として飾るよ

ドレッサーの上のキラキラな箱×2コにアロマ関係の小物を収納♥

雑貨屋で買ったキラキラな小物入れ

照明を落とすといい感じになるお気に入りのアロマポット。寝る前のリラックスタイムに♪

アロマエッセンスはミント系♪

卸の雑貨屋で買ったアロマポット

この家に引っ越して来るときに自分ちから持ってきたお花のスタンドライト

メゾンドマルシェのソファー

エレガントなファブリックで統一

奥行きがあるレザーソファー。縦長のクッションだと収まりがいい♥

中心に重厚感のあるテーブルを

白い小物は白い壁の近くに置く♥

Living room

イケア、ZARA HOME、Francfranc…
人気のインテリアショップもCheck

最新お部屋紹介から、お

2015S/S お姉さんの

心機一転、春は部屋の模様替えをする人も多い季節♥ どんなお部屋でどんな風に過ごしたいのかイメージすることがお部屋作りの成功

Room.3 ヴィンテージ家具を生かした、まるでNYのアパートメント部屋

Living room

よく見えるところに可愛い物集合

壁にオードリーパネルを配置♥

部屋の中央にダイニングテーブル

光は通すけど外から透けにくいカーテン。ちなみにUVカット。窓を開けるとウッドデッキが

スイッチの横にうさぎ親子のシール。部屋の印象が柔らかくなる♥

イケアのキャビネット。ここはりゅーくコーナーとか段ごとにテーマを決めて飾ってる♥

フランフランの花のディフューザー

Angel's room

ザラホームのアンティークミラー♪

お気に入りの小物は全部ココに♥

男前ベンチをクッションで可愛く

テイスト違いのチェストやベンチはそれぞれと合うラグや小物でまとめて一体感を出すよ。

Scrollのミラーカーテン

Scrollで買ったウォールステッカー

NY風インテリアの中心は、この使いこんだレザーソファー♥

部屋とフラットにつながったウッドデッキのベランダは、もうひとつのお部屋感覚♥

フランフランのお花の小物♥

フランフランのティーセット♥

テーブルランナーを敷くとおしゃれ。写真や小物はりゅーくの手が届かないところに♡

♥この部屋のこだわり♥

1. 光が差し込む明るいお部屋♥
2. 統一感はあえてなくてもいい！
3. 出しっ放しにしても可愛い小物

居住形態…2 LDKマンション（LDKは15畳）／息子と2人暮らし／居住歴4カ月♥

引越してまだ数カ月。部屋のオーナーが住んでたときに内見して、気に入った家具は残してもらったの。ヴィンテージなニューヨーク風のイメージをそのままま引き継いだよ♡

Room.3
ダンサー（33歳／東京都）独身・息子1人 Angelさん

Room.4 ひなのちゃん家具とピンクに囲まれたSweetアンティーク部屋

お花の取っ手のチェスト。3段目には旦那さんのパンツを収納♡

フランフランのシャンデリア

4畳半のコレクションルームはシャンデリアで雰囲気作り♥

テレビの前に白フレームのフォトスタンドをずらり。主に旦那さんとの写真♥

リュバンシュのバスケットチェスト

7畳の部屋がメインで奥の4畳半が衣装部屋兼コレクションルーム。家具はイケアと吉川ひなのちゃんの『リュバンシュ』。とにかく狭いから物をしまいやすいように収納は徹底♥

世界各国のDLで買ったディズニープリンセスのフィギアコレクション。宝物♥

リュバンシュのクラシックチェスト

結婚式の写真や友達からのお祝いのプレゼントを飾っている、通称ブライダルコーナー♥

寝るときはこの引き戸を閉める♥

窓は封印して全体を飾り棚に♥

致し方なくベッドの上が通り道♡

Main room

♥この部屋のこだわり♥

1. 表に出していいのは白かピンク♥
2. 使うものは下、飾るものは上♥
3. 見えないところこそ整理整頓♥

居住形態…2Kマンション（メインのお部屋は7畳）／夫と犬1匹と同居／居住歴2年4カ月♥

Room.4
美容室経営＆pinkty アクセサリーデザイナー（27歳／東京都）既婚・子供なし 大城あいさん

Kitchen

食器もお鍋もポットも全部ピンク。ハデな色は雑然として見えるから使う都度片付けるよ♥

キッチンは潔くピンクで統一♥

フランフランのフライパンセット

フランフランのグラススタンド

グラスはちょいピンクかプリントのものを。これは雑貨屋さんで買ったバービーのグラス♥

フランフランのレースダストビン

お部屋のイメージを邪魔しないから重宝するレース模様のゴミ箱♥

NEWアイテムを取り入れて旬なお部屋をコーディネート♥

最新インテリアカタログ♥

姉読者に人気のインテリアブランドから、最新ラインナップを中心にピックアップ♥　住みたいお部屋のイメージをふくらませよう！

家具から小物まで何でもそろう♥

イケア

ライフスタイル別のルームセットを眺めているだけでもうっとり♥　お手頃価格で気のきいた生活用品がそろうのもイケアの魅力✧

2人暮らしの食卓にぴったりなサイズ感♥

天板の無垢のパイン材がナチュラル。幅74cm×74cm。LERHAMN テーブル￥8,999

グリーンを連結させてお部屋に森を作ろう♥

プランターには直径10.5cmの植木鉢が4つ入るよ。BITTERGURKA ハンギングプランター￥1,299

お気に入りの小物を並べてディスプレイ♥

テーブルトップの下は見せる収納スペース。棚もついているから机の上の出しっ放しも防げそう。同色のふた付きボックスやカゴを使えば美観もキープできるよ　LIATORP コーヒーテーブル￥34,990

スチールと亜鉛メッキの無骨な存在感♥

流行りのインダストリアル系インテリアに。RYSSBY 2014 チェスト2個セット￥3,999

飾りたい本が見つかるブックエンド

おしゃれな洋書を探しに本屋さんへ行きたくなりそう♪　SKRIBENT ブックエンド￥499

白壁に映える真っ赤なハート♥

部屋の雰囲気をがらっと変えられるポスター。手頃な値段で揃えやすい♪　BILD ポスター￥299

何コあっても便利なふた付きボックス♥

ラベリングもできて中身が一目瞭然！ FJÄLLA ふた付きボックス￥499

好きなインテリアショップ第1位✧

Francfranc

お店へ行くたびに何度も「かわいい！」とつぶやいちゃう♪　キッチン、リビング、ベッドルーム、お部屋のどこかにいつもフランフラン♥

ダリア模様のバスマット

カラーバリエは4色。トイレマットにもオススメ♥　ダリアバスマット ブラック￥2,000

自立するアートフラワー♥

茎の部分をねじって広げると自立するよ♪　ティエラグリーンオブジェ マム レッド￥3,500

夜が待ち遠しくなるゴージャスライト✧

水晶ガラスのビジューだからキラメキも別格✧　グランツテーブルランプ ブラック￥5,524

お気に入りの一枚をアートに♥

間に写真を挟むと柄で囲まれる仕組み♥　マルゴアートフレーム M ストライプ￥2,593

黒リボンが大人なディフューザー

ベルベットのリボンがお部屋のアクセントに。インサインディフューザー ベージュ￥3,000

飾りたくなる乙女な鏡♥

この鏡でメイクしたらいつもより盛れるかも　ヴィクトリアンミラー ホワイト￥2,000

実は座り心地も快適なんです！

ピンクとレースの1人掛けチェア。早くも激カワと評判！　オウゲンチェア レース￥89,000

季節に合わせてクッションカバーだって模様替え！

A. プリント柄のダーリアングランクッションカバー 60㎝×60㎝￥3,500　B. クリスティンクッションカバー 45㎝×45㎝￥3,000

スリッパも春色にチェンジ♥

全色揃えたくなっちゃうお花のスリッパ♥　プラナスルームシューズ ライトピンク￥2,200

その日の気分で使い分けたい新作マグ♥

A. 定番ストライプマグからシルバーのラインが上品な新作登場✧　ニューモマグ ストライプ￥900　B. 立体のリボンがキュート♥　リボンマグ ホワイト￥834

生活を楽しく彩るアイテム満載

Flying Tiger Copenhagen

プチプラ北欧雑貨の店フライング タイガー コペンハーゲン。遊び心あふれるアイテムは、子供がいるお家でも大活躍まちがいなし♪

差し色にもなるコートハンガー

フライング タイガーの人気商品。お出掛けが楽しくなりそうなコートハンガー￥2,000

小鳥をつまむと中には…

小鳥の取っ手の小物入れ。アメやチョコを入れるのにジャストサイズ♥　ジャー￥300

花瓶なのにコロンとまんまる♥

お花以外にもいろいろ入れたくなっちゃう♥ フラワーベース￥300

キッチンに小さな庭ができた♥

種をまいて発芽を待つもよし、小さなハーブを育てるもよし♥　ガーデンハウス￥1,500

スカーフは飾るものなんです♥

見た目の可愛さに加えて、すべりにくい加工がされている優れもの。スカーフハンガー￥400

スイーツがさらにスイートに♥

フルーツやパン、なんなら和食も？　何を乗せても可愛く見えそう♥ ケーキプレート￥400

ゾウだってシマシマになりたい♥

子供と色塗りを楽しみながら作れるDIYセット。完成したらオブジェに♥　DIYペイント各￥500

12枚選んで時計の針にクリップ♪

クリップ付きのアームに好きなものを挟めば自分だけの時間が刻めるよ　壁掛け時計￥800

※P102〜103でご紹介の商品は店頭において品切れや未入荷の場合があります。また価格は予告なく変更になる場合があります。イケア、ZARA HOMEの商品価格は税込価格となります。

ワンランク上の上質な暮らし♥

ZARA HOME

表参道に旗艦店をオープンして1年、姉モデルの間でもすっかり定番ショップに。「上品ファブリックならココ」という声が多いよ♥

マリンなモチーフが爽やか♪ ヨットプリントクッションカバー¥3,990〜（中材別売り）

マリンブルー×ホワイトリネンで季節を先取り✧

お部屋と一緒に水回りもドレスアップ

A&B. 花のレリーフが上品なソープディスペンサー。四角か丸か好みで選んで♪ 各¥2,490 C. 舟のロープ模様がマリンテイストでおしゃれ。シルバープリントディスペンサー¥2,990

アンティークなフック

壁に取り付けられるアンティークなフック。タオル掛けにするのもオススメ。ダブルホック¥2,490

シェードに浮かんだ白い雲♪

白いリネンのベッドルームにぴったりな空色のテーブルランプ♥ キッズランプ¥6,990

使えるボーダーバスケット♪

何を入れても様になるおしゃれカゴ。ランドリーバスケットにも。ボーダーバスケット（2個セット）¥6,990

発色のいいブルーラインの清潔感✧

繊細な刺繍のラインが美しいタオル。サイズすべてをコンプリート！ 刺繍タオル¥890〜

ウールブランケット♥

ソファーにかけたりベッドにかけたり使い途いろいろ☺ ウールブランケット¥17,990

暮らしになじむおしゃれ部屋♥

unico

一味ちがうデザイン性の高いオリジナル家具とセレクト雑貨がおしゃれ。インテリアに物足りなさを感じたらウニコをチェック！

モダンルームの照明ならこのタイプ

ほどよいアクセントになるマット仕上げのペンダントライト。Gallon 3灯タイプ¥18,000

クラシカルなディスプレイケース♥

棚板を別売りの木製棚板に変えればカップボードにも☺ ALETTE ガラスキャビネット¥95,000

グラスと目が合っちゃいそう♥

unicoの自然派ワインショップのロゴがグラスになった☺ JOIE JOUER ワイングラス 各¥1,300

食卓が楽しくなるテーブルウェア♪

豚プリントにほっこり☺ BISTRO プレート¥900 マグ¥1,100 スプーン¥470 フォーク¥470

一度は暮らしてみたい北欧スタイルのお部屋

ヴィンテージな風合いのローボード

アイアンフレームと木の組み合わせがこなれた風合い。LUMBER AVローボード¥49,800

LYSソファ¥92,000 SIGNE ドレッサー¥58,000 ALETTE コレクションキャビネット¥89,800

インテリアの主役レザーソファー

使い込むほど味わいが増す革張りのソファー。DEP レザーソファ 3シーター¥240,000

Part 3 部屋カタログ♥ おしゃれ部屋の作り方

部屋がダサくてメンズを呼べません

断捨離とイケアちょい足しで大変身 劇的ビフォーアフター

残念な部屋をモテルームに大改造♥

ありがちな失敗の宝庫、奥山さんちでお部屋作りのコツ伝授☺

モテ部屋ならおまかせ♪ おしゃれ部屋先輩！ MERIさん

残念な部屋のオーナー 奥山絵里奈さん

もしやコタツテーブル？

親近感のわく8畳間…こういう部屋あるよね☺

BEFORE

厳選して置かないとカオスに！

Danger Zone C **ソファー**
狭い部屋に巨大ソファー。その圧迫感とカバーの色が部屋を雑然と見せる原因に。ファンシーなぬいぐるみもキケン

Danger Zone B **テーブル**
メイク道具が出しっ放しになっていたら残念部屋予備軍！ 本来テーブルの上には物がない状態が正解。

Danger Zone A **棚の上**
つい物を置きたくなるけど、気づけば祭りだの土産だの自己啓発本だの、わけのわからないもので満タンに。

散らかってはいないのに第一印象は「雑然！」
「物が多すぎるのが残念な部屋になってほう最大の原因。しまうべき物が収まり切れずにあふれ出して部屋を侵食。さらに色が多すぎることも雑然感を演出する大きな要因だよ」（MERI）

なんということでしょうあの残念な部屋がここまで美しく

ドーン！

AFTER

主に改造したのは棚の上とソファーの上✧
「ソファーにかけた布はひざ掛け。似合う色なら用途は問わない。残念の根源、棚の上とコタツテーブルは一掃！ 部屋の色味を抑えるためにディスプレイの雑誌もしまったよ♪」（MERI）

START!!

❶すべての道は片付けから心を鬼にして断捨離！

ごちゃっとした棚の上から着手！

干支の置物、ハロウィンのかぼちゃ、民芸品、書類ケース。全部まとめてやっつけよう！

悩んだときの確認用に片付いた状態の部屋を撮っておこう♪

この布欲しい！

❷部屋のテーマとカラーを決める

水色で爽やかに♥

奥山さんちのテーマは「モテ」。そして自分の好きな水色を部屋のイメージカラーにしたよ♪

❸テーマを決めたらインテリアショップへ♥

イケアへ来たよ♪

何も決まらない状態でお店に行くとアレもコレもと買い込んだ挙句、散漫な部屋に

ここに住みたい♥

ルームセットを見てプランニング♥

イメージに近いルームセットからインスピレーションをゲット♥

❹そしてお買い物ゾーンへ移動！

何が必要かメモに書き出してアイテム探し。楽しいから目移りもやむなし☺

❺イケアレストランでチャージも忘れずに♥

いただきます♥

ベジタブルメダリオンっていう野菜グラタンも美味しいよ♪

総額¥6,987

イケアでGETしたものはコレ！

＊すべて税込価格だよ☺

アイテム投入！

使われないまま眠っていた折り畳み机

急な来客もこれなら大丈夫♥

アイテム	価格
アートパネル	¥1,499
クッション2コ	各¥199
鉢植え＋鉢カバー	¥548
花瓶	¥99
ひざ掛け	¥1,599
クッション大	¥999
テーブルランプ＋LED電球	¥1,698
ガーベラ造花×3	各¥49

取材協力／イケア港北

姉ageha的♥ 女子旅ナビゲート!!!

台湾♥撫子(なでしこ)

プライベートもなかよしのTOKYO NADESHIKOが台湾へひとっとび♪　日本から飛行機で3時間ちょっとで行ける♥　今1番行きたい国No.1の台湾は女子旅にピッタリ✧　食・美容・観光となんでもアリな台湾をナビ♡

PHOTO_Yoshinobu Bito　EDIT&TEXT_Yu-ka Mizuno

絶対食べたいソウルフード!!
We♥小龍包

海老しゅうまい（10個／340元）

ヘチマ入り海老小龍包（10個／330元）

お店で手作り♪

肉汁がぷしゃ〜!!!

このキャラクターが目印だよ♪　人気店だから並ぶの覚悟ね♡

まずはココ行っとこ!!
鼎泰豐(ディンタイフォン) 信義店

老舗の名店、鼎泰豐は初めての台湾なら絶対に行くべし!! 10個約760円〜とリーズナブルな庶民の味は心も身体も満たされる♥　熱々がベストだから一度に頼みすぎるの注意★

小龍包（10個／200元）
ほわっと湯気と共に小龍包が你好（ニーハオ）♥　鼎泰豐の小龍包は18本と決められたひだの数と、皮をやぶった時にあふれだす肉汁の黄金スープが絶品です✧

旅INFO
台湾ドル1元＝3.8円
（2015年3月中旬現在）

食べ方MEMO

1 まずは黒酢と針しょうがを小皿に盛ります。しょうが多めが◎!

2 黒酢3：醤油1のつけダレが黄金比率✧　後からお好みで調整して。

3 れんげの上に小龍包を乗せたら、皮をやぶって肉汁を出すよ♡

4 つけダレにひたった針しょうがをONしてそのままパクッと♥

SHOP DATA
㊟台北市大安区信義路二段194號
☎(02) 2321-8928
㊢10:00〜21:00（月〜金）土日・祝日 9:00〜21:00 ㊡なし
㊋MRT東門5番出口を出て直進。金石堂書店手前。

観光がてらにリッチなランチ♥
頂鮮(ディンシイエン)101 美食美景海鮮餐廳

台北を上から見る♪

ココ

台北のシンボルといえば台北101♪　展望台のすぐ下にある86Fの絶景レストランが頂鮮101だよ♡　新鮮な台湾海鮮料理を食べながら優雅なひとときを♥

台湾フランス料理の巨匠、林柄章シェフ。レストランの餐飲顧問。

フカヒレ・ツバメの巣・カラスミと超贅沢ランチに食欲止まらない!

人気NO.1メニュー♥

台南担仔麺

SHOP DATA
㊟台北市信義路五段7號86F（台北101金融ビル）☎(02)8101-8686
㊢11:30〜14:30、17:30〜22:00
㊡なし ㊋MRT「台北101/世貿」駅出口4下車。完全予約制なので注意。

美容と健康に火鍋!!
無老鍋(ウーラオグウォ)

日本の薬膳と中華の漢方を一つにしたニュータイプの薬膳鍋✧　膠原蛋白美顔鍋（コラーゲン美顔鍋）と無老長生香辣鍋（不老長寿鍋）をおしどり鍋でオーダーするのがベストです♪

薄切りの豚肉はとろけるような食感♡　どちらのスープでも美味♥

アイス豆腐という凍った具材。お鍋に入れるとムニュッと新触感が楽しい✧

スープが減ったり、煮詰まった時に足す出汁もスタンバイされてるよ。

SHOP DATA
㊟台北市新生南路一段124號
☎(02)3322-5529 ㊢11:00〜深夜4:00
㊡なし ㊋MRT「忠孝新生」駅出口6を南へまっすぐ。大きな仁愛路を越えて反対側へ渡り、南へ行った右手。

美味な香港海鮮料理
竹家荘(チュージャーチャン)

店内にいけすがあり、新鮮な海鮮が食べられる高級レストラン。料理とサービスの質を落とさないためにあえて支店を作らないこだわりの名店!

SHOP DATA
㊟台北市南京東路二段96號
☎(02)2551-1838
㊢11:30-14:30、17:30-22:00
㊡なし
㊋MRT松江南京駅から徒歩約3分。

清蒸海上鮮（時価）

香港版・魚の煮つけは優しくて甘い味付けでホッとする一品♥

蒸し海老（時価）

避風塘風蟹の炒めもの（3600元）

揚げた青蟹をニンニク・ホタテの貝柱・唐辛子で和えた看板メニュー♪

シンプルに蒸した小ぶりの海老は何尾でも食べれちゃう♪

若者に大人気スイーツ♥
Ice Monster

好吃♥

口に入れた瞬間に溶ける新触感の台湾かき氷✧　種類豊富なフルーツやフレーバーで不動の人気♥　2015年春、日本第1号が原宿エリアにopen!

SHOP DATA
㊟台北市忠孝東路四段297號
☎(02) 8771-3263
㊢10:30〜23:30
㊡なし ㊋MRT国父紀念館駅1番出口下車。出口の右方向へ歩いて右手にあります。

タピオカ入りミルクティーかき氷（180元）

フレッシュマンゴーかき氷（250元）

TOKYO NADESHIKOお気に入り♥　黒蜜たっぷりのタピオカとミルクティーがベストマッチ♡

マンゴーかき氷ブームを作ったIce Monsterだからこそ食べときたいメニューがコレ♪

食

日本人の口にも合う台湾フード✧　庶民的でお安いローカルフードからリッチな高級食材まで、まるごとペロッと食べたいわ〜ん♡

美

女子旅にはマストな美容✧お手軽で楽しい台湾式シャンプーからリラクゼーションできるエステ・台湾茶まで楽しいことといっぱい

ドヤッ!!

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー MERIさん(35歳・東京都・既婚・子供なし)

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー 水野祐香さん(35歳・東京都・既婚・子供なし)

ナデシコの髪が立った!! これぞ、台湾シャンプーの醍醐味www

洗髪からヘアセットまで出来ちゃう♥

小林髪廊 シャオリンファーラン

昔の台湾人はお出かけする前にヘアサロンでシャンプー&ブローするのが習慣だったとか! 洗いながらヘッドマッサージやお茶のサービスつきで180元(日本円で約700円弱)!! 毎日通いた〜い♥

ヘッドマッサージも♥

髪の毛を洗いながら指圧マッサージ♪ これがかなり気持ちいい♥

座ったままシャンプー♪

座ったら突然シャンプー開始★水無しでめちゃくちゃ泡立つ!!

姉agehaを見せてパーティヘア完了♥

祐香は

かき上げ風オールバックポニーオーダー♪

MERIは

前髪ねじり込みロールケーキUPをオーダー♥

SHOP DATA
㊟ 台北市忠孝東路四段216巷36-1號2F
☎ (02)2752-6868
㊢ 8:30〜20:30、土日祝8:30〜18:30
㊡ 第2、第4日曜日
㊮ MRT「忠孝敦化」駅出口3下車、徒歩5分。

アロマオイルマッサージで癒される♥

Merry Spa

設備も広くてキレイな店内は日々の疲れから解放される癒しの空間✧ 今回体験した60分コースは頭・肩・デコルテ・背中・ハンドの上半身コースだよ

ホットストーンを使ったアロママッサージはイタ気持ちよくてツボ♥

日本では見ないようなたくさんの器具を使って施術してくれます♪

まずはヘッドマッサージから!

\ハンドマッサージも♥/

肩・背中の凝りをリンパに沿って流してく!

手のひらから二の腕まで指圧でもみほぐし。利き腕の方が痛いって発見に驚くナデシコ!!

SHOP DATA
㊟ 台北市敦化南路一段86號B1〜1F
☎ (02)8771-0072
㊢ 10:30〜20:30(受付は19時まで) ㊡ 月曜日
㊮ MRT「忠孝敦化」駅からなら徒歩約10分。

番外編

このアレンジヘアのまま

海外のpartyで♥ 姉agehaを宣伝♪

\台湾の人気ブロガーさんと交流してきましたよ♪/

有名なブロガーさん達が集合✧ お話ししたり写メを撮ったり日台の友好活動をしたよ

美容関係のpartyで話題の最新美容を見学♪ 体験ブースもあったよ。

邀月葡萄酒坊

SHOP DATA
㊟ 台北市台北市松山區民生東路五段69巷2-6號
☎ (02) 2748-8747
㊢ 13:00 - 22:00

おいしいお茶の入れ方を伝授!

1 まずはお湯を入れて茶器を温めておきます。

2 茶壺の1/5程度の分量で茶葉を入れる。

3 茶壺にお湯を注ぐ。軽やかに注ぐのがコツ!

4 1分たったら茶壺から茶海にお湯を移す。

5 もう一度、茶壺にお湯を注いで1分待つ。

6 ホットは茶器、アイスは冷ましてからグラスに。

癒される〜♥

オリジナルブレンドの台湾茶が飲める♥

七三茶堂 チーサンチャタン

台湾各地のお茶を集め、花の香りが楽しめる「花染シリーズ」や自然食材をブレンドした「複方シリーズ」など新しい台湾茶が楽しめるオシャレなカフェ♪

花蓮ブラックティー

阿里山ウーロン茶

ローズブレンド緑茶

オーナーの王さん

現代スタイルに合うお茶や軽食を提案。独身の台湾イケメン男子に会えるチャンス!

おみやげにも♥

SHOP DATA
㊟ 台北市忠孝東路四段553巷46弄16號
☎ (02)2766-7373
㊢ 12:00-21:00 ㊡ 不定休
㊮ MRT市政府駅1番出口から徒歩約7分。

食べても平気!? 子供用コスメ!

Twinkle Twinkle

非毒性・低アレルギー性のナチュラル成分で作られたルナスターナチュラルズというブランドの子供用コスメ。女の子ママのおみやげによさそう♪

SHOP DATA
㊟ 台北市信義新光三越A8
☎ (02) 8780-9966
㊢ 平日/11:00-21:30 休前日/11:00-22:00
㊡ なし ㊮ MRT市政府駅から徒歩約7分。

100%ナチュラルなフェイスペイントはハロウィンみたいなイベントで楽しく使えそう♪

プレゼントによさそうなコスメキットもあったよ! 人気NO.1商品はお湯につけてこするとはがせるマニキュア✧

お店の中に子供用ドレッサーを完備♥ 女の子が喜びそうだよね♪

龍山寺でのおみくじの引き方

参拝した後は台湾式おみくじを！ 全部漢字で書いてあるけど、何となくわかる!? 旅の思い出に♥

1 **まずはごあいさつ**
前殿に向かい、神様に名前と住所、職業と願い事をしていいかお伺いします。

2 **三日月形の木片でお願い事をしていいか占う**
たくさん置いてある木片の中から一対になる木片をふたつ取ります。

3 **悩みを唱えて投げる**
床に木片を投げて向きを確認するよ！ 3回までやり直しOK♪

表＋表＝×
裏＋裏＝×
表＋裏＝○

4 **おみくじの棒を引く**
表裏が出たら棒の束を持ち上げ上下に振り、1番高く出たくじの番号を確認。

引き出し所へ
この番号でいいかまた木片を投げ、○なら番号のおみくじを取る。

全体運UP!

台湾一人気のパワースポット

龍山寺 ロンシャンスー

合計19人の神様がいる龍山寺は恋愛成就や商売繁盛、学業や健康etc…すべてのお願いができる♪ 信心深い地元の人と観光客でいつでもごった返してる

線香の煙とBGMのように流れるお経の声。日本では体験できない神々しい雰囲気を肌で感じたい✧

SHOP DATA
㊟台北市広州街211號
☎(02) 2302-5162 ㊚6:30～22:30
㊡なし
㊦MRT「龍山寺」駅出口1を降り広場を抜けたら、すぐ前にあります。

観

熱気あふれる台湾の街は観光スポットもいっぱい♪ いろんな文化や物を見て、触れて、感じて、いろんなものをインプットしたい

台湾の神様に参拝してパワーをもらおう✧

2度目の龍山寺♪ また来たいと思ってた

文化を学びたいなら市外ショートトリップ♪ 新竹エリア

人間国宝に会える!?

竹南蛇窯

台湾で最も完全な形で保存され、現在も使っている伝統的な窯。2001年に文化資産に登録。

二代目の窯主である林瑞華氏。高温で薪を焼いた作品の陶器はウン万円もするほど貴重！

この方が人間国宝！

創設者の陶芸家・林添福氏に出会えることも♪

SHOP DATA
㊟苗栗県竹南鎮公館里七鄰大埔頂7號
☎(03)762-3057
㊚9:00～17:00(水～日)
㊡月火
㊦談文、造橋駅から徒歩15分くらい。

ちょー人気♥ タピオカドリンク!!

河堤上的猫

行列のできるタピオカミルクティーのドリンクスタンド♥ ホットも意外とイケる

很好喝

SHOP DATA
㊟新竹市民族路33巷之68號
☎(03)524-4189
㊚11:00～21:30
㊡月曜日

地元の人が集まる天然酵母パン♥

RT

地元民で賑わっているお店♪ 天然酵母のパンからお総菜パンまで種類がとにかく豊富✧

オリジナルのパイナップルケーキ

SHOP DATA
㊟新竹市府後街31號
☎(03)525-4571
㊚9:00-21:00

かわいい雑貨がいっぱい！

台北101から徒歩5分♪

四四南村 スースーナンツン

昔の軍人村をそのまま残したレトロな観光スポット。村といっても約10分で回れるサイズだけど、おみやげ向きのオシャレ雑貨があったりカフェでホッと一息できる✧

"喜"がふたつ並んだ囍は結婚式などで使われるめでたい言葉♥

奥にはオシャレカフェも！

かわいい動物のイラスト付き台湾茶は1個75元からあったよ

レトロでユニークなハガキ（1枚30元）で旅先からお便りを✧

小分けで売られている台湾茶はバラマキみやげにもGOOD♪ 種類が豊富で選ぶのも楽しい

SHOP DATA
㊟台北市松勤街54號
☎(02) 2758-2609
㊚10:00～21:30(火～金)、8:00～18:00(土日)
㊡月曜日
㊦MRT板南線「市政府」駅出口3から南へ徒歩約15分。

台湾ナイトといえば夜市!!

饒河街観光夜市 ラオフーチエクワンクアンイエシー

庶民派な昔ながらの饒河街観光夜市♪ 地元のディープな雰囲気を体験しつつ、1～2時間で回れるから初心者にオススメ✧ 各地で毎晩やってる夜市を一回は体験すべし!!

糸を使って顔の産毛を取る昔ながらのユニークな美容も体験できる♪

この夜市で名物!! 福州世祖の胡椒餅は窯で焼いた香ばしい台湾版の肉まん✧

台湾ナイトは夜市へ！ 毎日がお祭りみたい♪

バイクの排ガスが気になる台湾ではオシャレマスクが定番

豚肉とアーモンドを薄くのばしてパリパリにした香脆杏仁豬肉紙。

異臭を放つ臭豆腐（上）や豚の丸焼き（下）など不思議な食べ物だらけ!!

SHOP DATA
㊦市街東部。MRT「松山」駅から徒歩約3分。出口1を出て八徳路を左折。2本目の道が夜市の通りです。 ㊚17:00～深夜1:00ごろ（ショップにより異なります） ㊡なし

台湾のオススメみやげ&スーパーのバラまきみやげはコレ!!

人気NO.1スイーツ♥

パイナップルケーキ
パイナップルジャムをクッキー生地で包んだ焼き菓子♥ バリエが豊富✧

からすみ
日本ならば超高級食材のからすみがかなりお安く手に入ります♥

リプトンの台湾茶ティバッグ
お手軽に台湾茶を楽しめるティーバッグはおみやげにも最適です♪

潤いがすごい！

黒面膜
高濃度ヒアルロン酸入り。竹炭を使った真っ黒シートで美白にも♥

自分史上、
最高の"私"になる♥

春、新しい出会いを期待する前に
私自身をベストな状態に
持っていきたい♥

専属モデル(30歳/東京都)
独身・子供なし
加賀美早紀

姉ageha特典付き
クリニック・ヘアサロン
エステ・ネイル・タトゥー
ボディジュエリー
まで充実!

自力美容だけじゃ追いつかない！
肌魅せの春、本格的な自分磨き、始めましょ♪

女度UPのための Salonナビ13♥

新しいことが始まる春は、イメチェンにぴったりの季節！　全国に星の数ほどあるサロン＆クリニックの中から、とっておきのビューティスポットを厳選してご紹介♪　姉ageha読者特典で価格設定がお得になるところも♡　なりたい自分になれるチャンスです!!

PHOTO_Satoshi Omura [P107]
HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi [P107]
EDIT&TEXT_Shioka Soga

※ご紹介した料金は、スポットごとの標準的な料金です。カウンセリング等によって変動する可能性がございます。また、平成27年4月7日現在の情報です。

クリニック

30分の施術で3日後には小顔！ 植物由来成分の脂肪溶解注射、BNLSに注目!!

メディカルプラスクリニック新宿

東京（新宿）

丁寧なカウンセリングと、やりすぎない自然な仕上がりが好評のクリニック。院長の林和弘先生は、北里大学の形成外科で美容外科専門スタッフを務めたほどの実力。一定以上の経験と厳しい審査をパスした医師のみに与えられる、日本美容外科専門医の資格も保持しているので安心です。アフターケア（ヒアルロン酸・ボトックスは注入後1カ月以内の1回）と再診料が無料なので、気軽にトライできます♥

BNLS注射 初回トライアル1本 ¥15,000→¥9,000／30分

人気メニュー

AFTER BEFORE

脂肪を減らしたい部分に直接注入して、輪郭をデザインする脂肪溶解注射、BNLS。今までの脂肪溶解注射にあった、痛み・腫れなどのダウンタイムがほぼ解消！ 多くの方が施術3日後には脂肪減少の効果を実感♪ 1週間ごとに3回の施術がオススメです！

アーモンドアイ（ボトックス注射） ¥10,000／30分

AFTER BEFORE

シワ治療で有名なボトックスを注入し、下まぶたを下げて目をパッチリと大きくする治療。まぶたを少し引き下げるだけで目の印象が柔らかくなるので、目を大きくしたい方やつり目などでお悩みの方にもオススメ！

ブラウンを基調とした落ち着いた雰囲気の院内。新宿南口から徒歩3分とアクセスも抜群！

注入系施術の様子。施術室は完全個室なのでリラックスできる

SALON DATA

☎03-5354-6381
東京都渋谷区代々木2-7-8 東京南新宿ビル6F
10：00～13：00、14：30～19：00（初診は最終18：30）
無休 完全予約制
http://www.medical-plus.jp

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
初診料 ¥3,000が無料に!!
2015年6月30日まで有効

ヘアセット

早朝から予約OKのヘアセット専門店

TOTAL HAIR MAKE CLAVIS

［トータルヘア メイク クラビス］

愛知（名古屋）

早朝から営業しているので結婚式やイベント、お仕事などオールジャンルのお客様に対応！ 栄駅から7分、広くて清潔感のある店内には、セット後もゆったり過ごせるセルフメイクブースも設置♥

ヘアセット 一律¥2,000／30分

人気メニュー

追加料金ナシの一律料金でアップ、ダウン、編み込み…どんなスタイルもオーダーOK！「仕上がりも早く、まったく崩れなかった」という嬉しい声も♪

↑ツイストアレンジ。流行を取り入れつつ、カウンセリングでスタイルを提案
←女性スタイリストのみで安心

SALON DATA

☎052-962-7017（Happiness店）
愛知県名古屋市中区錦3-4-19石垣ビル7F
12:00～21:00（土・日・祝日9:00～）
年中無休 予約優先
http://clavis-hairmake.com/

姉ageha読者特典

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
ヘアセット予約 ¥2,000→¥1,800
12:00～21:00限定
持ち運びに便利なミニスプレーもプレゼント♪
2015年5月31日まで有効

エステ

本気の歪み＆体質改善におすすめ！

peace of mind・・・

［ピース オブ マインド］

東京（白金台）

顔を見ると「その人の歪みは全て分かる」というスタッフ。ほとんどのお客様が6～10回ほどで改善！ 施術と同時に寝方・座り方・歩き方など、生活習慣から歪まないように、体質改善していくことが重要。

3D小顔矯正＆骨盤矯正 ¥10,000／60分

人気メニュー

カウンセリング10分
フェイスEMS10分
小顔矯正15分
ボディーのほぐし15分
骨盤矯正10分

AFTER BEFORE

顔の筋トレ要素が強く骨膜・筋膜まで引き締められるので、マッサージだけでは上がりきらなかった顔を、限界まで引き上げてくれます♪

今まで動かせなかった表情筋をbonbabylonのエレクトロパレスポレーションで強制的に動かします。歪みを正し、顔全体の血行を促進！

SALON DATA

☎070-6523-4013
東京都港区白金台3-1-11 マンション白金台307
13：00～24：00（最終受付23：00）
土・日14：00～23：00（最終受付22：00）
22時以降の受付は深夜料金¥5,000追加
隔週火・祝日休み（それ以外は不定休）
完全予約制 http://bonbabylon.com/

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
小顔矯正＋骨盤矯正60分 ¥10,000 初回のみ
小顔矯正＋骨盤矯正90分 ¥12,000 初回のみ
小顔矯正が院長指名の場合 ＋¥2,000
先着30名様のみ有効

姉ageha読者特典

ヘアセット

世界に一つだけ！　雰囲気に合わせて創る自分だけのオリジナルスタイル★

北海道（札幌）

Hair Salon OW'll ［ヘアーサロン アウル］

お客様の顔立ちや雰囲気に合わせた、即興アレンジが好評のアウル♥　「セットが崩れにくくて1日中キープできた！」「洗うのがとってもラク！」と、リピーターからも嬉しい声。サロンは札幌・すすきの駅から歩いて2分の好立地。席数15の広いサロンなので、当日予約も大歓迎♪　ヘアアクセのほか、ヌーブラやストッキングなど出勤前に必要な小物も販売してます★

人気メニュー

ヘアセット
¥1,000〜2,500／10〜15分

定番の巻きおろしからデートや女子会におすすめのナチュラルなハーフアップなど、シーンに合わせたセットが約15分。無料のヘアアクセも♪

着付け
¥2,500〜4,000／20〜30分

浴衣や着物の着付けにも約30分で対応OK！　ヘアセットと一緒のご予約も大歓迎です！

ニュアンスカールで作るルーズなポニーテールスタイルは、短い髪でも子供っぽくなりません♪

流行りの外国人風ハーフアップ、逆毛を入れてないのでダメージが気になる方も大丈夫！

不動の王道スタイルNo.1、男女問わず人気の巻きおろし

キラキラアイテム続々入荷！　オーダーメイドのヘアアクセも販売★

SALON DATA

☎011-206-7651
北海道札幌市中央区南4条西3丁目Nプレイスビル6F
月〜土15：00〜23：00（最終受付22：30）
日・祝15：00〜21：00（最終受付20：30）
不定休　予約優先　当日予約OK　駐車場なし　喫煙OK
http://www.owll.jp

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
通常料金¥2,500から500円OFF
2015年5月31日まで有効
姉ageha読者特典

ヘア

高技術&高品質を低価格でお届け！

東京（高田馬場）

Charme ［シャルム］

悩みに寄り添ったデザイン提案とお手頃価格が人気のシャルム♪　高田馬場駅戸山口から約30秒の立地で、22時まで営業しているのがうれしい。ヘアトラブルでお悩みの方、最高級トリートメントのインフェノムをお試しください♥

カット・カラー・トリートメント（インフェノムトリートメント）

¥8,000→
¥7,000／2時間

人気メニュー

インフェノムでダメージを修復することで、次回の来店までの間髪の毛をしっかりガード！　あらゆるヘアトラブルを防ぎます♪

他店ではなかなか手が出せない5ステップトリートメント、インフェノムを低価格で提供

←オーナーの新津さんはカットコンテスト優勝経験者！

SALON DATA

☎03-6304-0983
東京都高田馬場4-2-31 SSTビル2F
10:00〜22:00　不定休
http://charme-group.com

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
カット・カラー・トリートメント（インフェノムトリートメント）のセットが
¥8,000→¥7,000 初回のみ
2015年12月31日まで有効
姉ageha読者特典

ヘア

ヘアメイクとトリートメントの専門店♪

静岡（富士）

ONE PIECE ［ワンピース］

ナチュラル系から盛り髪、着物ヘアまで、幅広いスタイルをスピーディー&ハイクオリティーに仕上げてくれる♪　全30種類のトリートメントを取り扱っているので、どんなダメージもおまかせ！

人気メニュー

ヘアセット ¥2,100／約20分

アピール度が高くてゴージャスなヘアセットは、約20分で完成！　早くて崩れにくいと評判です♪

メディカルトリートメント
¥7,200〜¥34,000／約1時間

お客様の髪のダメージに合わせたメディカルトリートメントをご提案。毛質診断後に栄養素を注入♥

↑スジ盛りもまだまだ人気！　ワンポイントの編み込みもかわいい♥

←オーナー、こへーさんとヘアメ職人けんじさん★

SALON DATA

☎0545-62-9939
静岡県富士市本町4-18 タカナワビル1F
10:00〜21:00　月曜定休　予約優先
http://www.hairsetsalon-onepiece.com/

予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
メディカルトリートメント
¥34,000コース→¥20,000
2015年8月31日まで有効　初回のみ
姉ageha読者特典

ネイル

トレンドネイルならおまかせ♥

Nail Salon plumeria
[ネイルサロン プルメリア]

愛知（名古屋）

他店にはないようなオリジナル性の高いアートサンプルが豊富にラインナップ♪季節のトレンドを入れたサンプル1,000種類を目指して、日々新作を提案しています。選べるカラーは充実の約200色！

人気メニュー

ジェルネイル
定額¥7,000コース／2時間～

片手2本アート中心の定額コース。色替え、アート配置換えOK、付け替えオフ無料(自店、他店)。

ジェルネイル
定額¥9,000コース／2時間半～

片手4本アートを中心とした定額コース。おしゃれでゴージャスなネイルを好む方におすすめ♥

↑→500種類を超えるデザイン性の高いアートが充実！

←厳しい研修をクリアしたハイセンスな技術スタッフが、お客様をおもてなし

SALON DATA

☎052-228-7746
愛知県名古屋市東区東桜1丁目10-9　栄プラザビル3F
10:00～20:00（最終受付19:00）　無休　予約優先
カード使用可、個室有、お子様同伴可、メンズメニュー有
http://plumerianail.com/

姉ageha読者特典
予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
すべてのメニュー
20%OFF 初回のみ
2015年6月30日まで有効

ネイル

好立地&高技術ネイルサロン！

Nail Salon Versailles
[ネイルサロン ヴェルサイユ]

愛知（名古屋）

駅近でリピーター料金もお手頃なヴェルサイユ♪経験を積んだ凄腕ネイリストが、シンプルからゴージャスまで、貴女の理想のネイルをご提供。丁寧なカウンセリングとキューティクルケアで、持ち・仕上がりにも自信があります♥

人気メニュー

スカルプ10本アート付け放題
¥10,500→
¥9,000／2時間半～

ロングは＋¥1,000。ワンカラー・グラデ・フレンチ色変え自由。1本に2色以上ご使用の場合は1色＋¥100。初回のみ。

↑色鮮やかなピンクの花柄はこの春ピッタリ
←大人っぽいレース柄にはスワロフスキーのビジューを♥

ジェル10本アート付け放題
¥8,500→**¥7,000／2時間**

ワンカラー・グラデ・フレンチ色変え自由。1本に2色以上ご使用の場合は1色＋¥100。初回のみ。パーツやキャラものは別途料金。

SALON DATA

☎070-5255-2714
愛知県名古屋市中区錦三丁目7-19
錦TKGビル2F
10:00～21:00　不定休　完全予約制
http://beauty.hotpepper.jp/kr/slnH000309184/

姉ageha読者特典
予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
スカルプアート10本付け放題
¥9,000（ロングは＋¥1,000）
ジェルアート10本アート付け放題
※オフ代無料　¥7,000　初回のみ
2015年12月31日まで有効

ネイル

特殊スカルプからシンプルジェルまで！

RJ nail
[アールジェイ ネイル]

静岡（沼津）

パーツの種類がとにかく豊富♪　ネイル初心者にオススメのショートネイルデザインから、上級者向けの人とカブらない特殊なスカルプアートまで幅広く対応★暗闇で光るスカルプも人気急上昇中♥

人気メニュー

スカルプ
¥8,500～／2時間～

「理想のスカルプに出会えた！」と通うリピーター続出。スクエアからスティリットスタイルまで、美しいフォルムに仕上げます♪

ジェルネイル
¥7,500～／1時間半～

ベーシックなワンカラーから、トレンドアート、パーツ盛りなど、ショートネイルでもバリエ豊富♪　持ちの良さも人気の秘密♥

SALON DATA

☎090-4445-1177
静岡県沼津市下香貫　※詳細はご予約時にお伝え致します。
10:00～19:00　火、第1・3月曜休　完全予約制
http://dclog.jp/rj_nail/

姉ageha読者特典
予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
すべてのメニュー
20%OFF 初回のみ
2015年6月30日まで有効

ネイル

トレンドデザイン多数の実力店♪

Nail Salon Hana Aoyama
[ネイルサロン ハナアオヤマ]

大阪（梅田）

各線梅田駅より徒歩5分のロケーション♪　梅田エリアでは数少ないスカルプもできるサロンなので、ロングや盛ったネイルが好きな方にもオススメ♥　リクライニングチェアーでDVDを観ながらゆったりと施術を受けられるのも魅力です。

人気メニュー

何度通ってもオフ代¥0！
デザインジェルコース
¥5,500／90分

丁寧なドライケア付きがうれしい！最新技術からトレンドアートまで旬デザインをご用意してます♥

スカルプで長さだし♪
持ち込みデザインOK!!
¥3,900／120分

2回目以降も付け替えオフ無料や予約特典の割引チケットも！　リピーターは＋¥2,000で利用OK!

SALON DATA

☎06-6312-8712（堂山店）
堂山店：大阪府大阪市北区堂山町18-2　若杉東梅田ビル12F
12:00～22:00（土・日・祝10:00～）　不定休　予約優先
http://beauty.hotpepper.jp/kr/slnH000257096/

↑ホットペッパーデザイン部門1位の人気サロン。デザインは随時更新、他店にはない珍しいパーツも充実
→スタッフ施術風景

姉ageha読者特典
予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
デザインジェルメニューより
¥1,000引き&他店オフ代無料！
スカルプにお好きなアート乗せ放題（4本）¥6,900
2015年12月30日まで有効　初回のみ

タトゥー

女性向け施術例が豊富！デザイン性も兼ね備えた安心なタトゥースタジオ

Sol Design Nagoya Tattoo Studio

［ソル デザイン ナゴヤ タトゥー スタジオ］

愛知（名古屋）

名古屋の大須にあり、飛び込みの方にも積極的に対応しているタトゥースタジオ。複数のアーティストが所属し、ワンポイントから手のひらサイズ程度の作品を中心にラインナップ。タトゥーショップ独特の威圧感がなく、気軽に入れる雰囲気のスタジオなので、ファーストタトゥーの方はもちろん、お友達同士やカップルでのご来店も大歓迎★　衛生管理テストをクリアした衛生管理優良店舗ですので、安心してご利用いただけます！

人気メニュー

ワンポイントサイズ（コインサイズ）

¥5,000／15分

かわいくてハイセンスな女性向けの絵柄が豊富♥　さらに仕上がりの綺麗さにも定評があるソルデザインナゴヤ。こだわりのオリジナルデザインや、普段見えない身体のパーツにも気軽に相談にのってくれます！

↑→女性の体のラインに合わせたデザインが好評。オーダーに合わせてオリジナルの作品を創り上げてくれます！！

人気ポイント

オーナー
柴原康孝さん

"名古屋が生んだタトゥー業界・新進気鋭の経営者" として有名な柴原康孝さん。タトゥー専門誌はもちろん、それ以外のメディアでも多く取り上げられています♪

SALON DATA

☎052-263-9288
愛知県名古屋市中区大須3-5-49 第2ハセビルB1F
12:00～22:00　年中無休　予約優先
カードOK(VISA/Master/AMERICAN EXPRESS)

ガールズ専門HP http://girls-tattoo-nagoya.com/
総合HP　http://sol-design-nagoya.com/

ブースごとに仕切りがある、プライバシー重視の施術スペース

姉ageha読者特典
予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
施術料金より10%OFF 初回のみ
※¥5,000のメニューは対象外
2015年6月30日まで有効

ボディジュエリー

受講後のフォロー充実&好待遇！

一般社団法人

日本ジュエルアート協会

全国

ボディジュエリー、3Dボディジュエル、ボディペイント、メイク&ボディアート、イヤージュエリー、ビジューデコなどの資格コースが学べるJJA協会認定スクール。全国の認定校で受講できます。

人気メニュー

ボディジュエリー基礎講座

¥20,000／2時間

受講料・テキスト・道具・ディプロマ込み。ボディジュエリー全般の基礎技術が一度で学べます♪

3Dボディジェル技術者養成講座

¥80,000／3時間

テキスト・道具込み。医療特許取得のシートにアートを施せる、3Dボディジュエルのスキルを習得♪

SALON DATA

☎078-335-1762
兵庫県神戸市中央区北長狭通2-6-2華蘭ビル503
10:00～17:00（時間外応相談）　土・日・祝休（休日の受講応相談）　スクール受講10日前まで要予約
クレジットカード決済可。出張・子連れ受講応相談
http://www.jja-a.jp

↑JJA独自の製法でつくる3Dボディジュエルは立体的でゴージャス
←協会メンバーのレッスン

左から、神戸本校の松本真智子講師、協会理事長の上岡朋子、東京校・大阪校の唐渡亜依講師

姉ageha読者特典
予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
掲載スクールメニューの受講料
どちらか1コース
¥5,000円OFF 初回のみ
2015年9月30日まで有効

ボディジュエリー

イベントや記念日にボディアート♪

Luna Jewelry

［ルナ ジュエリー］

広島（呉）

ボディジュエリーとはグリッターパウダーなどで素肌に描く砂絵のようなアクセサリー。ダンスやマタニティ、ウエディングなど、特別な記念日をアートで演出してみませんか!?　一度施すと持ちは一週間ほど♥
スクールも併設♪

人気メニュー

ワンポイントアート

¥1,000～／20分

ワインポイントなら約20分ほどでデコルテ・腕・肩・背中・足首など、お好きな部位にデザインOK!　素敵な思いで作りにぜひ♪

1dayスクール／6時間

¥125,000（36色キット）
¥155,000（54色キット）

アットホームで和気あいあいとしたスクールでは、繊細な技術が学べます。時間や日程など詳細については直接お問い合わせ下さい！

↑マタニティージュエリー　お腹アートに！
→デコルテに！

↓NBA協会のキット（グリッター54色キット　オリジナルショルダーボックス、グルー、転写液、リムーバー、ダッペン、筆3本、ツイーザー、パレット、ブロアー、ステンシル2枚、グリッター、ケース、ほか色見本）

SALON DATA

☎0823-69-3303
広島県呉市海岸4丁目15番2号 D-HOUSE2F
10:00～予約時間まで　不定休　予約優先
http://www.nba-bj.or.jp

姉ageha読者特典
予約時に「姉agehaを見た」と伝えると…
ボディージュエリー
1ポイントアート　¥500引き
ボディージュエリースクール受講者様には
オリジナルシールプレゼント
2015年5月31日まで有効

女子会・パーティー・記念日デートetc…特別な場面で女を上げる

Royal Cheaperのラグジュアリーな春ドレス

街が華やぐ春イベは流行りの大花柄やビジューで自分に高級感をひとさし★ スタイルも盛れると評判のロイヤルチーパーのドレスで特別な時間を盛り上げて！

PHOTO_Nobuyuki Sasaki **HAIR&MAKE**_Anri Mitsuishi **MODEL**_Sayo Hayakawa,Kanae Sugiyama
EDIT&TEXT_Hironeko-A **SPECIAL THANKS**_FERIA TOKYO

大花柄で本命クンに恋の開花をアピール
ビジューラインフレアワンピース¥19,800／BEYOND IRMA ネックレス¥1,480、バッグ¥3,480／Royal Cheaper

主役に花を添えつつも体のラインで女を主張
フラワーカットレースワンピース¥12,800／amanda black（Royal Cheaper） ネックレス¥1,480／Royal Cheaper

黒のさし色でくびれとオトナの色気を演出
ウエストマークペプラムワンピース¥19,800／BEYOND IRMA ネックレス¥1,480、バック¥2,680、パンプス¥6,980／Royal Cheaper

パンプス¥4,980／Royal Cheaper

春女子会のドレスコードは桜色が旬♥
[上]オーナメントジャガードワンピース¥12,800／amandablack（RoyalCheaper）ネックレス¥1,480、パンプス¥4,980／Royal Cheaper [下]オフショルダーレイヤードドレス¥13,800／amanda black（Royal Cheaper） ネックレス¥1,480、パンプス¥5,980／Royal Cheaper

官能的なローズ柄で男を酔わせる花客に
ローズプリントペプラムワンピース¥7,780／amanda black（Royal Cheaper） ネックレス¥1,480／Royal Cheaper

パンプス¥5,980／Royal Cheaper

コミュニケーションが格段にUPする！　便利なアプリが登場！

私たちのお助けアプリ Memory メモリー

連絡はLから始まるあのアプリを使ってる。確かに便利で使いやすいよね。でももし、さらに便利な機能を備えたアプリが出たら使ってみたくない!? 6月に全世界に配信されるアプリ "Memory" はそんな使い勝手のいい機能が満載の最強コミュニケーションアプリ♥ 世に配信される前にいち早くお披露目します！ PHOTO_Youki Oneyama(JOPS) HAIR_Satoko Nishida EDIT&TEXT_Tomomi Okudaira

Rina

Memoryって知ってる?

Sayaka

何、何? 知りた〜い!

Rina

メールチャットとかスタンプはもちろん、
友達と共有できるスケジュール機能とか
現在地の情報を知ることができる
アプリなの!!

Sayaka

何それ? ちょ〜便利!!
詳しく知りた〜い!!

Sayaka

早く教えて〜〜〜〜!!!!!!

※名称・機能など内容が変更になる場合があります。

いつものさやか…

Memoryの便利機能1
スケジュール機能

グループトーク内で使えるスケジューラー機能は、決まった予定をグループ内同士で承認＆受理するだけで共有することが可能。決まった予定を忘れずにお知らせしてくれる機能も！

NO!

スマホにパソコンに、スケジュール帳。予定を1つにまとめるのって本当に大変…。

仕事に遊びにと忙しいさやかはいつでも予定がびっしり。予定をスマホに入力するだけでも一苦労…。

専属モデル 荒木さやか（30歳／東京都）独身・子供なし

今移動中なんで予定確認してからかけ直します〜。

出先でも常に予定が埋まっていくさやか。移動中に口頭でスケジュールを言われても…と不満顔。

打ち上げ■日に入れてもいい？

そーいえば○○ちゃん■日誕生日だったよね〜

I'm Bad!!!!

忘れてた…バッティングした…

HELP!!

What can I do?

他の人と**情報を共有**できたらいいのに…

スケジュールがパンパンで友だちの誕生日を忘れ、事前に言われてた日に予定を入れたりとボロボロ…。

スケジュール管理ができる My Memoryを利用したら…

マネージャーともスケジュールが共有できるから安心♪ **予定日をカウントダウン**で知らせてくれるし♥

Very Easy!!

ふむふむ。この日みんなスケジュール空いてるんだ。じゃあこの日に集まるれるなら **承認押してね〜!**

Hmmm....

グループ内のみんなの予定が一括でわかるから、面倒なやり取りがなくてスムーズに! さやかにも余裕が♪

マネージャーが仕事の予定を入力して、さやかが承認するだけで予定の共有完了。忙しいさやかにぴったり!

友だちのサプライズパーティー大成功♥

Memoryなら大事な予定を忘れることもないし連絡もラクチン♪ 幹事の **連絡のやり取り** にもおすすめ!

SO GOOD!!

Happy Birthday

さやかが企画したサプライズパーティーは、友だちと予定がスムーズに決まって終始大成功!

Memoryの便利機能2
どこいくMAP

どこいくMAPは地図上にコメント投稿ができ、Memoryユーザー同士がマップをもとに情報共有することが可能。現在地のマップを見ながら周辺情報をリアルタイムに確認できる!

渋谷で仕事があった祐香&MERI…

LET'S TRY!

今日はたくさん仕事して脚がパンパン。この辺でいいマッサージ屋さんないかなぁ～?

じゃあどこいくMAPでつぶやいてみる? この辺でおすすめのマッサージ屋さん教えて～!

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー
(35歳/東京都)既婚・子供なし
水野祐香さん

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー
(35歳/東京都)既婚・子供なし
MERIさん

どこいくMAPを利用しよ～!

渋谷でご飯を食べに行きたいななせ…

大阪なら色々わかるけど渋谷にあるお店ってあまり知らない…。どこかおいしいご飯屋さん行きたいな。

Be Hungry…

美容ブロガー
(29歳/大阪府)独身・子供なし
久保七瀬さん

どこいくMAPを利用してみよ～

マップ上でツイートして今いるこの場所の知りたい情報がすぐに手に入る！

Relax Roomってお店にゴッドハンドがいるよ～！

脚ツボ天国のツボ押しサイコ～！

Foot Careのマッサージはかなり気持ちいいよ～★

ここに投稿

いいね～♥ そこ行ってみよう。終わったらご飯も行こう！

MERI～！ ゴッドハンドがいるマッサージ屋さんあるって！

ラーメン小僧の塩は食べたら病みつきになるよ

最近できたイタリアンのNaporiは安くて味もいいよ♪

Peaceってお店のパンケーキおすすめ♥

ここに投稿

この辺におすすめのラーメン屋さんがあるんだ♥ 行ってみよう♪

※実際にあるお店ではありません。

まだまだある Memory 便利機能

スケジュール機能やどこいくMAPのほかにも魅力的な機能がたくさん。メールアプリの機能はもちろん、すれ違い機能、友だちや仕事など場面に応じて使い分けられる複数プロフィールなどおもしろ機能も♪

く発見　近くにいる人

あけみ　100m以内　お〜い！
catcham　100m以内　自己紹介はプロフィールから
catcham　200m以内
catcham　200m以内　初めまして、よろしくです！
あけみ　200m以内
catcham　200m以内　言いたいことを言ってしまっ…
ray　300m以内
あけみ　300m以内

好きなアーティストが一緒、
趣味が同じコ、
プロフィールが近いコなど
仲間を見つけるのに便利♥

TALK

Memoryの便利機能3
すれ違い機能

この機能は、自分のプロフィールを一般的に公開して、プロフィール内容に興味を持った人と相性がマッチしたときに友達申請が可能！『近くをすれ違ったとき』、『求めたい人をワード検索したとき』など繋がりの場は様々。機能をON、OFFすることもできるので、場面によって使い分けも♪　プロフィール内容は初回登録時に入力項目があり、その際に公開したい範囲としたくない範囲も選べます。例えば

性別	年齢	身長	体重
住まい（都道府県までOK）			職業
勤務先	年収	趣味	特技
好きな物	自己PR		

など。実際にこれを活用する際にはニックネームなどで匿名性を持たせることも可能★　セキュリティを保持しながら、新しい繋がりの可能性を広げる機能です！

かなり前の内容を
一発で検索できる
って画期的でしょ！
無駄な時間が
ぐ〜んと減るよ♪

BBS

Memoryの便利機能4
メールチャット

メールチャット機能ももちろん装備！　友だち・仕事などグループで分けられる連絡帳や、いつ投稿したかが検索できるトーク内投稿日時検索、吹き出しカラー選択など内容も豊富♪

く友達(8人)　まさみ

週末の予定決まってる？どっか遊びにいこうよー　カラオケとか！　12:23
いいよ〜　12:23
じゃあ駅前の歌屋に集合ね！13:00でいいかしら　12:23
いいよ〜　12:24
忘れないようにリクエスト送っておくから ちゃんと来てね！　12:25
センキュー　12:25
送った！！！　12:26
大儀であった　12:27
送信

ブログ感覚で写真や文章をアップ! **リアルタイムの情報**を発信できるから見逃せない!

Memoryの便利機能5
タイムライン

タイムラインは、自分の状況を文章・写真・動画などを使って投稿ができるよ★　友だち登録しているコの投稿もチェックできるから、みんなの近況をタイムラグなしでゲット♪

Memoryの便利機能6
スタンプ

簡単に気持ちを伝えるのに便利なスタンプ機能ももちろん使えます♪　無料で使えるものから有料のスタンプまで幅広く備えているから、自分好みのスタンプに出会えます!

笑えるスタンプをベストタイミングで送るのがミソ!

Memoryの便利機能7
複数プロフィール

家族や友だち、会社の人などに対してプロフィールを使い分けたいときに便利なプロフィール複数設定。フルネーム・ニックネームなどの選択が可能だから隠れた自分を出せるかも!?

これはベストショット! って写真はいろんな人に見てもらいたいから、**友だちに投稿♥**

ペンネームを使っているライターさんやニックネームで仕事している人も♪

Memoryの便利機能8
画像動画投稿

お気に入りの画像や動画撮影したデータ、保存しているデータを友だちと共有することもできる!　投稿した画像や動画は大きくして見られるから、画面いっぱいでチェック!

ageha的 姉

私たちはこう使いこなす♪

Memory 攻略座談会

**便利な機能が満載のMemory。
お姉さんたちだったらどう使いこなすのか？
Memory 機能を実際に使ってその機能を体験してもらい、
使い方を聞いてみました！**

アパレルバイヤー＆企画（31歳／東京）独身・子供なし **かよさん**

家事手伝い（35歳／東京都）独身・子供なし **ららさん**

歯科医療事務育休中（31歳／東京都）既婚・息子1人 **古橋綾香さん**

主婦（29歳／東京都）既婚・娘1人・息子1人 **谷 和香さん**

どこいくMAPで女子会のお店を決めてそのまま共有♥

らら　女子会のお店を決めるのって意外と大変で。今日開催しよう！ってなってもお店の予約するのに一苦労…。どこいくMAPなら当日でもそのエリアの行きたい情報を知れるから忙しい人にもかなり便利だよね♪

MERI　確かに！　突然決まった情報もグループで共有すれば、後から来る人にもすぐに情報を伝えられるし。

綾香　ママとしては、子どもと入れるお店を探すのってかなり大変で。どこいくMAPで子どもOK＆禁煙の場所を教えてもらえたら本当にうれしい♥

和香　分かる～！　子どもOKのお店って知ってる人から聞くのが一番早いし確実なんだよね♪

スケジュールのカウントダウン機能で物忘れなし！

七瀬　スケジュールを入力して、その日が近づいたら表示されるのもうれしい。友だちの誕生日も忘れずにすむし、おめでとうメールを送れる♥

かよ　海外にいるときに日本で大切な人の誕生日がある場合、日本時間で誕生日を入力しておけば、タイムリーで気持ちを伝えられますよね！

らら　複数プロフィールもおもしろい！　ゲームのキャラ設定とかにして、グループ内で日常を疑似ゲームとして過ごしてみるのもいいかもね。

MERI　おもしろい！　冒険もの設定にして「勇者はこれから悪者と戦います」とかつぶやいて、浮気する男友だちを説教するとかね（笑）。

履歴を検索しやすい機能もいいよね♪　撮影スタジオの住所とか探すときにすごく便利★

子ども服今ここでセールしてます！ とか、リアルタイムの情報を教えてほしい♪

はじめて行く場所だとお店の情報ってわからないから、教えてもらえるとうれしい♥

短期集中連載 vol.2

クマのせいで加工しなきゃいけない自撮り難民に朗報！

プレミアムPRP皮膚再生療法でクマ知らず

自撮り＆加工でかわいく見せる♪　確かにかわいく見えるけどその目の下のクマなくなった訳じゃないですよ！　プレミアムPRP皮膚再生療法でしっかり施術すれば、加工知らずのぱっちり目元で自撮りがさらに楽しくなります♥

PHOTO_Yoshinobu Bito EDIT&TEXT_Tomomi Okudaira

頼れる施術、プレミアムPRP皮膚再生療法を今号で鈴木愛美さんが体験します

何でだろう…。出たがりさんだからですかね～？

??

ところで、なぜ鈴木さんにPRPを受けてもらうことになったと思いますか？

プレミアムPRP皮膚再生療法とは

自分の血液（血小板）を利用した若返りの万能注射です。ヒアルロン酸のように薬剤で埋める治療とは違い、肌内部からコラーゲンを増やし、ふっくらさせることで根本的にクマを改善。注入法で最長“3年以上”効果が持続します★

3月号でも紹介したプレミアムPRP皮膚再生療法。目の下に暗～い影をつくるクマなどに効果的！　今号でもちょっとおさらい！

	プレミアムPRP皮膚再生療法
持続期間	3年以上
1回の費用	￥290,000 ※注入部位による
費用と注入回数 ※3年間の場合	￥290,000 （注入回数：1回）

	ヒアルロン酸注入
持続期間	約6～12カ月
1回の費用	￥65,000
費用と注入回数 ※3年間の場合	￥390,000 （注入回数：6回）

PRPから放出される成長因子

FGF　EGF　PRP（血小板）　VEGT　PDGF　TGF-A

“そもそもPRPってナニ？”

血液の中の「血小板」を多く含んだ成分。血小板には体の細胞を若返らせる「成長因子」成分があり、体内で放出されると、コラーゲンの生成や表皮の成長が促されます。このPRPを肌に注射することで目のクマやシワを改善。プレミアムPRPは、さらにグロースファクターも添加し、より高い効果が出せます！

“効果は3年以上！　実はリーズナブルな施術”

同じクマ治療でも効果が長いプレミアムPRPなら、ヒロルロン酸のような定期的な注入は不要。1度の施術で、痛みも経済的負担もラクに！

先生～！こんな自分を早く脱出したいです!!

分かりました！

ひぃ～　かわいいと思ってたのに…

そして…

自撮りの画像を加工してクマをなかったことにしているのも見ていられないんです!!

自撮りでさらにクマを目立たせている鈴木さんを見ていられなかったからです!!

～クマ診断キャンペーン～

みなさんの自撮り画像を診断します！

クマの画像を送ってくれた方にはメールでのクマ診断をします。悩んでいる方はHPから写メ添付でご相談を！

聖心美容クリニック　検索

フォームからのご登録・送信で医師からのメール回答が届きます。

さらに！姉ageha読者限定で、聖心美容クリニックへ来院・クマ改善の施術を受けられた方にコンシーラーをプレゼント。聖心美容クリニックのWEBサイトまたは電話で「姉agehaを見た」と予約してくださいね。有効期限：2015年6月30日までにご予約・施術の方

DTカモフラージュコンシーラー　7色（2g）

施術直後の内出血カバーや、クマ以外にも広く使える医療機関限定のタブレット型コンシーラー。携帯にも便利♪

聖心美容クリニック

0120-431-480（受付時間9:30～23:00）

http://www.biyougeka.com/

東京院 東京都港区六本木6-6-9 ピラミデ2F
他全国8院 札幌・大宮・横浜・熱海・名古屋・大阪・広島・福岡

After

注射して約1カ月でも薄くなったのがわかる！クマが目立たなくなっただけで若く見えます。

Before

目の下にクマがくっきり。クマの範囲が広く、たるみも強調されて疲れた印象に…。

…という訳で

自撮りでクマを悪目立ちさせていた鈴木愛美さんがプレミアムPRP皮膚再生療法を体験することに!!

～施術の流れ～

1. 血小板を取り出す

血液を採取し遠心分離機に。クマ解消に働くPRP（血小板成分）の濃度を高め、分離・抽出します。

2. バランスをみて注入

PRPにグロースファクターを適量加え、クマ部分に注入。極細の針を使うので痛みもわずか！

金額	所要時間	通院	入浴・洗顔
￥290,000	約30～40分	なし	当日から可能

そして2カ月後…

正真正銘、加工ナシの最強どや顔披露中♥

「室内にいるから」、「ちょっと歩くだけだから」、「今日はくもりだから」…
この油断が、美肌でいられるかどうかの分かれ道！

紫外線対策本部 本日発足!!

年々、問題が深刻化してくるシミ、シワ、乾燥…。これらの原因はすべて紫外線にあるというウワサ。手遅れになる前に知っておきたい紫外線情報を、ありったけ集めました！ 昔焼いてた人も焼いてなかった人も、必見です!!

PHOTO_Satoshi Omura HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Marika Koizumi

Q.紫外線量がもっとも増える時期は5～8月ってホント？

A.ホントです!!

コラーゲンを破壊するUVAは1年中注意が必要ですが、特に4～8月がピーク。シミそばかすの原因となるUVBは5～8月がピークです。

このへんがヤバイ!!

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

意外と梅雨がヤバい！

広島の看護学生（29歳／広島県）独身・子供なし
青木りえさん

紫外線にまつわるウワサのウソ、ホント!!

Q.焼いても黒くならない人はシミができにくいってホント？

A.ウソです

むしろその逆です。焼いても黒くならずに赤くなるタイプの方は、紫外線から肌を守る機能が弱いのでダメージを受けやすく、蓄積されやすいです。

Q.紫外線を浴びてしまっても、1~2日以内に美白を頑張れば、紫外線を浴びてないことにできるってホント？

A.やや本当です

シミの原因となるメラニンの産生をうながす指令が出るのは、紫外線を浴びた2日後。紫外線を浴びた日を含めて3日間は徹底ケアをしてください。

Q.オレンジジュースを飲むと焼けやすいってホント？

A.本当です

オレンジ等、柑橘類に含まれるソラレンを摂取すると紫外線を吸収しやすくなります。その効果は摂取後2時間ほどなので、摂るなら夜の方が◎。

Q.日焼け止めは数値が高ければ高いほど効果が高い？

A.あくまで目安です

紫外線が当たってから肌が赤くなるまで約20分程。SPF30の場合、20分×30=600分となり、10時間は日焼け止め効果があるという意味になります。

ウワサを信じちゃ×！

気をつけてもヤバイ紫外線。お姉さんたちが、ふだん実戦してる美白テクをCHECK!!

レーサー（28歳／東京都）独身・子供なし
神子島みかさん

Q.そもそも紫外線って肌に悪いと言うけど、具体的にどういう悪影響があるの？

専門家さんに聞いてみました♥

意外と知らないことも

ヨガインストラクター（29歳／東京都）独身・子供なし
真優川 咲さん

A.たるみやシワの原因

肌に届く紫外線はUVAとUVBの2種類。UVAは肌のハリのもとであるコラーゲンやエラスチンを破壊するので、たるみやシワの原因に。

A.シミや色素沈着に

UVAが肌の深いところまで作用するのに対して、UVBは肌表面に作用するので、日焼け後の赤みや色素沈着を引き起こす原因になります。

A.炎症やシミ・そばかす

肌表面に作用するUVBは、炎症やシミ、そばかすの原因にもなります。若く見える肌でいたいならマイナスなことしかありません。

A.肌荒れや乾燥

紫外線は、肌表面の表皮細胞を傷つけるため、肌荒れや乾燥も引き起こします。よって美肌のためには、紫外線カットと保湿がマストです！

教えてくれたのはこの方♥

MAME大阪心斎橋院 院長
佐藤もも子医師
必要に応じて外科的な治療も組み入れ、多方面からの視点で見る美容医療をご提案します。

Q.UVカット90％みたいな数字をよく見るけど、この数字はどれくらい信用していいの？

A.場合によります

お洋服の場合、紫外線吸収剤を生地に付着させただけの物ですと、洗濯によって効果が弱くなりやすいです。数値は目安程度にした方が◎。

Q.髪の毛が日焼けすると、どういう影響が出てくるの？

A.切れ毛や枝毛に

肌と違い、髪の毛には元に戻ろうという修復機能がないので、一度受けたダメージは取り返せません。髪の毛こそ、予防することが大事です。

Q.うっかり日焼けしてしまったときの緊急ケアは？

A.まずは冷やして！

日焼け＝ヤケドと同じ状態なので、まずはしっかり冷やしてください。その後は刺激の少ない化粧水をたっぷり使い、クリームで保湿を。

正しい知識を蓄えよう♥

ライター＆TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
水野祐香さん

とりあえず一番焼きたくない
部分と言ったらやっぱり顔！

Make編

紫外線は365日ふりそそいでいる…分かっていても、毎日日焼け止めを塗るのは大変だから、私たちこうしてます！

Make 1 ベース用コスメはUVカット入りがルール！

どうせ毎日使うもの、だったらUVカット入りのコスメの方が一石二鳥だもんね♥

一目ボレして買ったけど中身も優秀✧

「アナ雪」のエルサが好きすぎて即買いしたクラブ エアリータッチファンデ。SPF20／PA++✧

RUNWAY Channelブロガー（28歳／千葉県）
バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

肌が白くキレイに見えるところが◎✧

ベースはコレだけでもOK。アニエスベー アンリュミヌール オパールSPF20／PA+。

広島の看護学生（29歳／広島県）独身・子供なし
青木りえさん

BBクリームなのにファンデ並の透明感✧

ディオール スキンヌードBBライトはSPF25／PA++。肌が弱い私に私にも合ってる♥

家事手伝い（35歳／東京都）独身・子供なし
ららさん

もともと肌がキレイな人みたいに見える✧

IOPEエアクッションXPはナチュラルなのにカバー力◎！ SPF50+／PA+++だよ♥

ヨガインストラクター（29歳／東京都）独身・子供なし
真優川 咲さん

美白成分入りのベースとファンデを愛用中✧

クレ・ド・ポー ボーテの下地とファンデは。それぞれSPF35、20なのでWでガードできる♥

木村歯科クリニック副院長
（33歳／東京都）独身・子供なし
木村美和子先生

30〜40代の方にも人気のベースアイテム

素肌っぽい仕上がりが良いラ ロッシュ ポゼ UVイデアを愛用中♥ SPF50／PA+++✧

MAME広報&マーケッター
（26歳／大阪府）独身・子供なし
青山真由子さん

SPF数値は高ければ高いほど嬉しいです♥

セパルファ ザ ブライトアップBBクリームはSPF50+／PA+++♥ 自然な仕上がり✧

専属モデル（31歳／滋賀県）既婚・息子1人・娘2人
けいこ

鼻筋と頬が焼けやすいので重点的に塗ります

マキアージュ パーフェクトマルチベースとリキッドファンデを使用♥ SPF30／PA++✧

イベントコンパニオン（30歳／東京都）
独身・子供なし
奥山絵里奈さん

Make 2 日焼け止めは365日手放せません！

あんまり厚塗りになるのはイヤだから、薄づきで効果の強いものが人気です✧

クリニックで買える日焼け止めだよ✧

SPF50+ PA+++

IKENO VCサンプロテクトエッセンスは、肌に合う♥（真優川 咲さん・29歳／東京都）

私も!

顔にも体にも使ってるよ♥ サラッとしてるから伸びがよくて使いやすいし、肌に優しい。

Vivianカラコンアドバイザー（31歳／東京都）独身・子供なし
美咲さん

家の中でもちゃんと塗って紫外線防止♥

SPF30 PA+++

IPSA プロテクター デイタイム シールドは美容液タイプだから、肌への負担が少ない♥

北新地バニラ勤務&アパレル会社社長
（28歳／大阪府）独身・子供なし
まなかさん

私も!

コレを塗ることにより、メイクノリがアップする♥（奥山絵里奈さん・30歳／東京都）

日中、日焼けどめを塗り直すときはスプレータイプがオススメ

コレを愛用♥

朝はリキッド日中はスプレーと使い分け

顔はキールズ UV ディフェンス、スプレーはサンカット UV。（加賀美早紀・30歳／東京都）

真優川さんは耳の後ろや手の甲にも抜かりなく塗ってる！

肌に合うかどうかが日焼け止め選びの基準

うっかり塗り忘れがちな、耳の後ろや首回りにもしっかり★（真優川 咲さん・29歳／東京都）

コレを愛用♥

息子と一緒に使えるのが◎✧

SPF25 PA++

ピジョン UVベビーウォーターミルクは子供と兼用♥ 手の甲はマメに塗り直すよう意識✧

歯科医療事務育休中（31歳／東京都）
既婚・息子1人
古橋綾香さん

とりあえずSPF数値が高いものをセレクト

SPF50+ PA+++

サンカット ウルトラUV アクアリィジェルは買いやすいし数値が高いところが好き✧

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー
（35歳／東京都）既婚・子供なし
MERIさん

サラッとしてて伸びがいいからデイリーに♥

SPF50+ PA+++

SPF高いのに、塗り心地が軽いビオレUVアクアリッチ✧ 美白効果もあるのが嬉しい♥

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー
（35歳／東京都）既婚・子供なし
水野祐香さん

妊娠前後は焼けやすくなるので危険！

SPF50 PA+++

シャネル エサンシエル50マルチ プロテクシオン♥ 汚い焼け方するのがイヤで愛用中✧

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

肌荒れしたらイヤなので塗るのは体だけ

SPF50 PA+++

UVカットミルクKTは体用に購入。顔はファンデ塗ってるし、いいかなって思ってる（笑）。

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

Make 3 すっぴんのときはマスクでガード

すっぴん隠し兼、紫外線防止のためにマスクを常備するお姉さんが多数存在♥

唇も保湿することで、紫外線から守れます♥

日焼け止め効果があるかはナゾだけど、保湿力は抜群なので日焼けによる乾燥対策には◎♥

家の中にいても肌にはBBクリーム、唇にはワセリンを塗ってます★（けいこ・31歳／滋賀県）

肌を紫外線にさらしたくない

in飛行機

窓からの日差しもカットする✧

広島→東京の移動は主に飛行機。メガネで瞳も守るよ✧（青木りえさん・29歳／広島県）

マスクは常にバッグにIN★

いざというときに使える♥ 個包装タイプのものが◎。（古橋綾香さん・31歳／東京都）

焼けやすい頬までカバーするよ

保湿&紫外線対策でIPSAの美容液乳液のみ塗ってからマスク！（まなかさん・28歳／大阪府）

近所にちょっとお出かけのときはコレ!!

誰に会うわけじゃないし、全身防御★ 不審者だけど仕方ない。（MERIさん・35歳／東京都）

ちなみにMERIさんはここまでやっていた！

肌がキレイなら顔だって3割くらいかわいく見えるハズ✧

日常のちょっとした動きによって美肌はできるんです✧

行動編

たとえ日焼け止めを塗っていても「塗ってるから大丈夫っしょ」とタカをくくっていたら×！　日頃の意識が物を言うのです♥

行動1 昼間は極力外に出ない！

焼かないためには、太陽に当たらないのが一番!!　予定を自由に組めるときは、夜を選択。

どうしても日中外に出なきゃいけないときは…

日陰から日陰を渡り歩いて行動してる✧

「タクシーを家まで呼んで、ドアtoドアで移動できるようにしてる」（桜井莉菜）「信号待ちの間とか、近くに日陰はないか常に探してる。なるべく日陰に入るように心がける」（杉山佳那恵）など♥

焼けやすいから太陽は天敵✧

遊びの予定は夜に詰め込む✧

予定の組み方を工夫する★

桜井莉菜　杉山佳那恵　早川沙世

行動3 タクシーに乗るときは日の当たらない位置をキープ

タクシー呼んでドアtoドアで移動したとしても、気を抜いたらダメ!!　紫外線は入ってきます💧

一瞬たりとも気を抜けない💧

常に日の入り方を確認！

曲がる度に日の入り方が変わってくるから、臨機応変に対応★（桜井莉菜・31歳／東京都）

行動2 日焼け止めを塗るまではカーテンを開けません

できれば遮光カーテンやUVカット効果のあるカーテンを選んで、効果を高める!!

引っ越しと同時に購入♥

赤ちゃんにも優しそう✧

UVカット効果のあるレースカーテン♥　通販で購入✧（古橋綾香さん・31歳／東京都）

多少暗くてもガマンする★

遮光カーテンを閉め切って生活✧

日焼け止めを塗ってないときは、カーテンを閉めきる!!（まなかさん・28歳／大阪府）

行動6 移動するときは地上よりも地下道を選ぶ★

タクシー使うほどの距離じゃないけど日差しが強い…。そんなときは地下道の出番！　雨の日も便利♥

地下へ繋がる階段をチェック♥

駅から直結してることが多いし何かと便利✧

特に日比谷、新宿、東京駅は地下道があって便利✧　意外と、地上に出なくても目的地にたどりつけるよ♥

行動5 車を運転するときはグローブを着用します♥

外から見られにくい車内だからこそ、少しくらいダサくてもグローブをつけて紫外線を防御!!

手は意外と年齢が出る✧

車内では優雅にマダム風の装いで過ごします

100円ショップのグローブはガシガシ洗えるし、すぐ買い替えられる✧（古橋綾香さん・31歳／東京都）

行動4 目周りの皮膚と目を守るため、サングラスはマスト！

目元にシワができるのもイヤだし、瞳にとっても紫外線は悪影響💧　というワケでサングラスは欠かせません★

目が透けて見えないものが◎✧

目に紫外線を浴びると、そこからメラニンが生成されるって聞いて💧（水野祐香さん・35歳／東京都）

元々目が弱いんだよね★

サングラスは常に着用してる✧　コレは友達から借りパクしたやつ(笑)。（神子島みかさん・28歳／東京都）

40代の同世代よりキレイは今日の心がけで手に入る♥

行動7 外にいるときは、とにかく日陰を探してる！

歩いてるときも誰かを待ってるときも日陰を探してる。ほんの数秒、されど数秒の精神で生きるのが大事♥

めっちゃ焼けやすいから極力太陽を浴びたくない★

せめて肩だけでも★

昼間外出するときは日陰生活★　信号待ちの間は、信号の陰に隠れる。（桜井莉菜・31歳／東京都）

子供たちと一緒のときこそ日陰命です✧

日傘は差していられない💧

抱っこしてると帽子も日傘もジャマなので、自分が日陰に入るのが得策★（けいこ・31歳／滋賀県）

どうせ歩くなら日向より日陰★

外出時はとにかく日陰を探して隠れてる★

屋根の下や木の陰など、常に日陰を探し求めて移動する日々★（水野祐香さん・35歳／東京都）

行動8 コンタクトもUVカット入りを使用

肌がダメージを受けるように、瞳だってダメージを受けるので予防が必須✧

専門家さんに聞きました！

目に紫外線を浴びると…

傷がひどくなると白内障になることも💧

紫外線は角膜や結膜にダメージを与えます。水晶体は紫外線によって傷つき、視力低下の原因にも💧

1DAY ACUVUEは処方箋がなきゃ買えないアイテムなので、なにかと安心なのも魅力的★

サングラスが苦手なコに✧

目にシミみたいなのができたことに気づいてからチェンジ★（ららさん・35歳／東京都）

オシャレ度はキープしつつ
ちゃっかり美白肌もGET✧

Fashion編

かわいい格好はしたいけど焼きたくない💧 そんな葛藤の中生まれたお姉さんたちの日焼け防止ファッションはコチラ✧

Fashion 1 折りたたみタイプの日傘はマストです

コンパクトな折りたたみタイプの日傘なら、ジャマにならないからバッグにINが常識！

お洋服を選ばないシンプルなものを✧

日傘はガンガン使うので、半年くらいで買い替え★ （古橋綾香さん・31歳／東京都）

裏地が遮光になってないと買わない★

梅雨明け～9月なかばくらいまで使う★ 1年ごとに買い替える。（MERIさん・35歳／東京都）

かわいさよりも遮光率重視で買ってるよ★

ノーブランドだけど、遮光率が1番良かったから購入！（まなかさん・28歳／大阪府）

10分以上外を歩くときは必ず使うよ✧

春夏は日傘フル活用✧ LADUREEの傘は晴れ雨兼用だよ♥ （らさん・35歳／東京都）

デザインがかわいくて買ったヴィクシー♥

正直、日傘なのか普通の傘なのか分からないけど（笑）愛用♥ （木村美和子先生・33歳／東京都）

Fashion 3 帽子はなるべくツバが大きいものが◎！

今の時期なら頭皮や顔の日焼け防止に、真夏日なら熱中症の予防にも役立つ帽子✧ ツバが広めのものが人気だったよ✧

顔が隠れるツバの広さが◎✧

すっぴん対策兼、紫外線対策のために帽子を愛用してる◎♥ （青木りえさん・29歳／広島県）

春先から紫外線を意識★

帽子はH&Mで購入。元々帽子好きでたくさん持ってる✧ （鈴木愛美さん・28歳／千葉県）

帽子があると全然違う！

頭皮が焼けると赤くなるから、頭皮焼けの予防にも✧ （美咲さん・31歳／東京都）

春夏は常に帽子をかぶって顔に陰を✧

ピーチジョンの帽子はツバの大きさがベスト♥ シンプルで◎。（けいこ・31歳／滋賀県）

Fashion 2 UVカット効果のあるはおりものは常にバッグにIN

日焼け止めも大事だけど、何か羽織って肌を隠した方が早いし確実だよね♥

お散歩中や車を運転するときに必須です♥

必ず持ち歩いてるユニクロのパーカーは約1,500円♥ 便利です♥ （けいこ・31歳／滋賀県）

むしろ直射日光が肌に当たる方が暑いの💧

ユニクロのUVカットカーデは必ずバッグにIN。肌寒い室内でも使える✧ （まなかさん・28歳／大阪府）

帽子やサングラスも合わせて徹底的に★

UVカットパーカーはユニクロの★ サングラスはPRADA♥ （早川沙世・31歳／東京都）

友達だった時代もあったけど今は365日太陽とにらめっこ

Skin care 1 毎日使うなら美白タイプをチョイス

朝晩毎日行うスキンケアは、この時季だけでも美白タイプに切り替えたい♥

妊婦時代はシャネルのお世話になってたよ★

美白用をライン使い。シャネルってアガるじゃん(笑)。(早川沙世さん・31歳／東京都)

日焼けした後に使うと肌が整う感じがする♥

IKENO 薬用ボディローションは日焼け後に。ビタミン入り♥ （美咲さん・31歳／東京都）

スキンケア類は全部冷蔵庫で冷やして保管♥

HAKUの美容液はシミが薄く♥ 化粧水はタカミクリニック。(水野祐香さん・35歳／東京都)

シミ、シワに効果がある薬用ローション

イケノクリニックのスキンケアは肌が再生する♥ （真優川 咲さん・29歳／東京都）

かれこれ15年はお世話になってる✧

1年中使ってるよ♥ 他に何もしてなくて肌白いから効果あるハズ✧ (神子島みかさん・28歳／東京都)

化粧水なのにしっとりした使い心地が好き✧

IPSA MEスーペリア3はエイジング&美白ケアの両方できる♥ （奥山絵里奈さん・28歳／東京都）

肌が弱いから優しさ重視で選んでる★

シミはもちろん、肌の色ムラも改善してくれるIPSAの美白液✧ （まなかさん・28歳／大阪府）

ピーリング効果で常に美白肌をキープできる

韓国のcode9 NEOGENってブランドの化粧水&パック♥ （杉山佳那恵・29歳／東京都）

全身に使いたいからプチプラでOKなの✧

うるり美白液は、惜しみなく使えるお値段が嬉しいよね♥ （古橋綾香さん・31歳／東京都）

肌に蓄積された紫外線を日々の努力でなかったことに…!!

Skin care編

保湿命だった秋冬から、美白命に切り替わる今の時季。お姉さんたちが愛用しているスキンケアラインを一挙公開✧

まだまだこんなにたくさん
あった美白にまつわる情報★

Other編

その他、食べ物やちょっとした気使いなどの美白ネタをギュッと集めました！　今すぐ実践できることばかり♥

Other 1 サプリを飲んで体の中から美白

体の内側と外側。両方からケアしないと美白肌はキープできない💧　毎日飲んで、毎日美肌✧

シナールは美白の定番★

薬局で買うより安い♥

シミ予防に飲んでるよ✧

シナールはビタミンCのサプリみたいなもの。皮膚科で買うよ。（水野祐香さん・35歳／東京都）

皮膚科に行って「美白できる薬ください」って言って購入したよ♥（Angelさん・33歳／東京都）

野菜不足はコレで補ってるよ✧

水に溶かすタイプ★

不足しがちな緑黄色野菜の栄養素は青汁で手軽に摂取する♥（青木りえさん・29歳／広島県）

1日2回飲んで更に美白肌を目指すよ

私は朝と夜飲んでるよ

わかばクリニックのH.G.Hリッチは、エイジングケアにも◎。（Angelさん・33歳／東京都）

Other 2 地肌だって日に焼ける！こまめに分け目をチェンジ

いつも同じ分け目だと、髪に生えグセがついちゃうだけじゃなく地肌にもダメージ大💧

頭皮が焼けると分け目が赤くなっちゃうの💧

普段日に当たってない部分の頭皮って白いんだよね💧　私は6:4かセンターのどちらかにしてる。（古橋綾香さん・31歳／東京都）

焼ける前に変えるよ★

Other 3 日中は髪をおろして首筋をカバー

見落としがちな首周りを紫外線から守るために、なるべく髪をおろして過ごすように意識。

首の後ろ側とか焼けやすいから要注意！

日焼け止めが塗りにくい首の後ろは髪の毛で隠す方が確実。（まなかさん・28歳／大阪府）

暑くてもガマン！

Other 4 何をするにもBBクリームを塗ってから♥

どんなにバタバタしてても、素肌を直射日光に当てさせない！　そんな小さな努力が明日の美白肌をつくるのです✧

極力窓際には行かないように意識してます♥

朝食の用意もしつつ、洗濯が終わる頃を見計らってBBクリームを塗ってます。（けいこ・31歳／滋賀県）

素肌ではいられない

Other 5 ビタミンCを摂取して美白＆美肌狙い

美白に効くというイメージのビタミンC。たくさん摂っておいて損はなさそうだし、手軽に摂取できるのも人気の理由✧

ビタミンの効果　紫外線によるメラニン生成を抑制する効果や、真皮内でのコラーゲン生成をサポートする力があります。

毎日1個みかんを食べてシミ予防✧

昔焼いてたのにシミがないのは、みかんのおかげかも★（古橋綾香さん・31歳／東京都）

今でも毎日みかん生活♥

シミの予防にも◎✧

Asahi　20日分　Dear-Natura Style　ビタミンC　2粒にレモン約53個分のビタミンC　1050mg

ビタミンCのサプリは常に愛用♥

1日2粒飲んでます♥　紫外線を浴びると体内のビタミンが破壊されると聞いて。（けいこ・31歳／滋賀県）

Other 6 食べ物の栄養成分にも注目！

ベータカロチンやリコピンなど、肌に良い成分は野菜で撮るのがこだわり♥

美容オタクなんだよね♥

野菜で摂取

基本、外食派だからサラダやバーニャカウダーを注文。（真優川 咲さん・29歳／東京都）

夏は毎日トマト

リコピンを摂りたいから、焼けやすい夏場は毎日トマトを食べるよ✧　トマトジュースも飲んでる♥

ベータカロチンとは？

シミ、くすみ、色素沈着の改善に繋がります✧

ベータカロチンは体内でビタミンAに変換されて、ビタミンAは抗酸化作用があるため老化予防になります。

肌にとっていいことが♥

ピンチのときの駆け込み寺!!　クリニックで美白ケアをやってみました♥

日々気をつけていても、夏になると日焼けしちゃうことも💧　そんな日の対処法をご紹介！

私が行きます♥

RUNWAY Channelブロガー（28歳／千葉県）バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

鈴木さんのお肌の悩み

- 昔焼いていた
- シミが気になる
- 乾燥も気になる

昔焼いていた（部活で自然に焼けた&日サロ通い）によるシミや乾燥に悩まされる💧　日焼けが乾燥になり、乾燥がシワに繋がる悪循環💧

これらのお悩みを先生に相談して、施術内容を決定します！

まずは先生に悩みや希望を伝えて施術内容を決定

シミをとりたい、乾燥を改善したい等、先生に今のお悩みと、どうしたいかを伝えます。痛いのはイヤ等、苦手なことも伝えておくと、良いかもしれません♥

まずはジェルを塗って準備を整えておきます

しっかりメイクを落としたら、髪をまとめて施術室へ。レーザーが浸透するように、顔全体にジェルを塗っておきます。

顔全体を照射してお肌をキレイに導いていきます

照射した感覚は、ちょっと熱いくらい★　顔全体で、大体10分前後で終わります。乾燥を防ぐため、このあとイオン導入もセットにするのがオススメです✧

Before

大人になるにつれて、昔焼いてたツケがシミとなって出てきている状態💧　もっと気をつけておけば良かったと後悔しても遅いので、今から挽回したい！

After

施術直後なので、少し赤みが出ている状態。赤みはすぐにひくので安心してください✧　1回で消えるシミもあれば、数回施術しないと効果が出ない場合も。

フォトフェイシャル　¥5,200

1回トライアル価格がこちら✧　期間限定のキャンペーン価格です。ちなみに1クール（4回）の施術だと¥61,500。顔だけじゃなく体にもオススメの施術です。

今回お世話になったクリニックはコチラ♥
MAME南青山店

㊟東京都港区南青山5-6-26 青山246ビル8F
☎0120-489-660
㊮11:00～20:00（5/1より10～19時に変更）
HP: http://www.ma-me.jp/

美肌治療や痩身、脱毛、エイジングケアなど美容に関するメニューが豊富✧　店舗は、東京の南青山と大阪は心斎橋にあります♥　キレイで広々した院内はモデルからも支持率高いです✧

思い立ったときが稼ぎどき♥
月1回でも週5回でも好きなときだけ働けるってホント？

夜職の女のコの支持率NO.1!!
キャバクラ派遣『TRY18（トライ）』を徹底検証!!

夜の仕事にどっぷりはつかりたくないけど、キャバの仕事は嫌いじゃない♥
そんな女のコたちの間で主流になりつつある"派遣キャバ嬢"という働き方に注目！

PHOTO_Keita Totori EDIT&TEXT_Midori Sasaki

一番使われている『キャバ嬢派遣サービス』は？

『キャバ派遣の利用率』

会社	利用率
TRY18	75%
J社	
A社	
P社	
M社	

＊契約店舗調べ

登録者数 **15,240人**

契約店舗数 **3,132店舗**

（2015年3月20日現在）

時は流れて夜の働き方にも変化が起きていた！ 今やキャバ嬢の4割が派遣という事実!!

／知ってましたか？＼

キャバクラ派遣ってなに？

店に在籍するのではなく、派遣会社からキャバクラ店にヘルプとして派遣されて接客する働き方。自分のライフスタイルに合わせて出勤することができるよ♥

メリット

- ♥自由出勤ができる
- ♥ノルマがない
- ♥営業しなくていい
- ♥同伴やアフターの必要ナシ
- ♥人間関係の面倒臭さがない…etc

デメリット

- ♥フル出勤でガッツリ働く在籍キャストよりは、給与面でのみ負ける

自由が一番♥

『キャストの在籍状況』

区分	割合
在籍	57%
派遣	43%

＊契約店舗調べ

キャバクラ派遣で業界シェアNo.1 『TRY18』が支持される理由とは？

労働条件が保障されている！

業界では珍しい『厚生労働省認可』だから安心・安全♥

- ♥**完全自由出勤** お財布がピンチなときだけでも、週5でも、働き方は自由自在。自分の都合優先でOK！
- ♥**全額日払い** お仕事が終わったらその場で支払ってもらえるから、急な出費のときでも安心♥
- ♥**最低時給保障**（3,000円） 同じお店でもどこの派遣サービスを利用するかで時給には格差が…。『TRY18』は圧倒的に高時給・好待遇！
- ♥**時間保障**（4時間） 出勤しても2､3時間で帰されたら困るよね。キチンと稼げるように時間が保障されてるって大事♥

わぁ♥

さらに『TRY18』だけの特典が盛り沢山♥

- ♥**1日のお仕事紹介数でNo.1** だから当日でも希望に合ったお店選びが自由にできる
- ♥お仕事をするたび**現金化できるポイントが貯まる！**

～ポイントの貯め方～

1ポイント=1円で換金可能なポイントを、1回のお仕事につき500～2000ポイント進呈。会員登録やお友達紹介でもポイントが貯まるよ 貯まったポイントを使って会員ページでお買い物も可能♥

- ♥**電話一本、24時間の安心サポート** 「お店の場所がわからない」、「お給料が間違っていた」など、どんなトラブルにも24時間コールスタッフが対応♪
- ♥**気に入ったお店があればそのまま在籍することも可能。**時給と待遇の交渉なら『TRY18』におまかせ！
- ♥ナイトワーク以外のお仕事も豊富だから **昼に羽ばたきたいコの転職も応援！**

いいね！

営業も同伴もないからストレスフリー出勤♥

お店にしばられない夜職スタイルが人気♥

杉山佳那恵 専属モデル（29歳・東京都） 独身・子供なし

桜井莉菜 専属モデル（31歳・東京都） 独身・子供なし

高時給、高待遇、そのうえ手厚い保障…
そんな上手い話ってあるの？

真相報道

アネキシャ！

りな＆かなが

噂の『TRY18』を追う!!

"キャバクラ派遣"最前線！

突撃取材してきたよ♥

メモメモ

インタビュー

『TRY18』登録方法はこの２つ！

初めての方や不安な方はコチラ♥

Web登録

1. 入力３分！ウェブ登録フォームから登録
2. アカウント情報をメールで受信

登録完了！お仕事探しへ

来社登録

1. 入力１分！予約フォームから登録予約
2. 新宿駅から徒歩５分！『TRY18』オフィスへ
3. お仕事の説明10分

登録完了！お仕事探しへ

本当に登録初日から働けるのか、好きなお店は選べるのか、全額日払いは信じていいのか…。百聞は一見に如かず、派遣の現場をリポートします！

…というわけでさっそく『TRY18』のオフィスへやってきたりな＆かな♥

登録中

登録するとスタバカードがもらえるよ♥

あとで話を聞いてみよー

登録中のコたちや

和田悠里さん（21歳）

川端佑希さん（27歳）

大橋佑美さん（29歳）

登録が済んだらすぐにお店を紹介。気に入ったお店があったらその日からお仕事可能✧。

あっという間に登録完了✧

どーでした？

前から働いてみたかったお店の求人があったので今から出勤♪

登録したその日からお仕事探し＆出勤可能

Executive Salon revju www.revju.co.jp

歌舞伎町の人気店やでー♪

レヴューに来たよ

有名店の求人もいっぱいお店は自分で選べるよ♥

契約店舗数の多さに比例して紹介できるお店の件数もダントツ！当日のお仕事申し込みでも選べるお店が豊富✧。

接客中…

平和に接客してるね

信頼できるお店しか紹介されないから安心

派遣のキャバ嬢だからといってタチの悪いお客さんの席にばかりつかされる、なんて心配も無用だよ

派遣なら『TRY18』!

安心して働けそう〜

撮影協力店：revju（レヴュー）
東京都新宿区歌舞伎町2-10-7
ダイヤモンドビルB2F
☎03-5155-9577

ちゃんと全額日払いだー

報酬はその日のうちに！お給料は全額日払い制

おつかれさまです

その都度きちんと全額払ってもらえるから、急な出費やお財布がピンチのときも助かる♥

ヌーブラや店内ポーチも♥

ドレスやくつがいっぱい

手ぶらで登録に来ても出勤準備ができちゃう

ドレス販売の他メイクコーナーもあるから、登録に来てそのまま出勤する場合も安心♥

TRY 18

『TRY18』イメージモデルは矢野安奈ちゃん

『TRY18』お問い合わせ先

0120-958-742

http://www.try18.net

TRY18 検索

運営会社：株式会社SHS

『TRY18』登録オフィス
新宿区西新宿7-10-7 加賀谷ビル9階「株式会社SHS」
1階にある「カフェVELOCE（ベローチェ）」がビルの目印だよ♥

新宿駅より徒歩２分♥

登録オフィスはココ♥

東京都民銀行
ヤマダ電気
デイリーヤマザキ
ユニクロ
新宿西口ハルク
小田急百貨店
スタジオアルタ
三菱東京UFJ銀行
西口
新宿駅
東口

＼すぎやまかなえの心理テスト連載!!／

カナISM

KANAISM

こんにちは、杉山佳那恵です。今月から私の連載がスタートするよ！私の内面をみんなに知ってもらいたい♡　って、私性格悪いですけども。心理学の勉強をしてたから、毎回心理テストを出して遊べるページにしたいなと思ってるよ。それでは第1回目の始まり〜♪

PHOTO_Tooru Haneda(biswa.)　**HAIR&MAKE**_Yusuke Kasuya(Addict Case)
MODEL&TEXT_Kanae Sugiyama　**EDIT**_Haruka Noda

vol.1「あなたは本当の自分を知っていますか？」

1人でゆっくりする時間が好き。
自由が大好き。
自分に自信を持っているキラキラした人が好き。
おもしろくてサバサバした人が好き。
信頼できる人が好き。
嘘をつかない人が好き。

自分の時間を邪魔してくる人が嫌い。
ブリブリした女が嫌い。
ケチな人が嫌い。
“カワイイ”“カッコイイ”を狙いすぎてる人も嫌い。
否定的な発言しかしない人が嫌い。
「でも」「だって」「しかし」を連発してくる人が嫌い。
なんでも自分の話に変えちゃう人が嫌い。

こうやって、私は好き嫌いがはっきりしてる。
好きな人は全力で好き。
何があっても絶対に裏切らない。
自分がされて嫌なことを、
絶対にしないって決めてる。
嫌いな人には「あなた嫌いです」
オーラを出してしまう。
不器用だからじゃなくて、
自分に素直に生きてるから。

仕事もプライベートも、
好きな人と・好きな環境で・
好きな時間を過ごしたいな。
みんなの好き嫌いは、なんですか。

今回の心理テストは
“本当の自分を知る”問題♡
※紙とペンを用意してね♡

1. 動物を3種類思い浮かべてください
2. その動物さんたちと仲良くなりました。
彼らはどんな性格ですか？
思いついた動物の順に考えて1匹につき3つずつ、
特徴を並べて書いてください。

※体が青い・脚が速いなど見た目や動作のことではなく性格的な特徴です

このテストの結果解説は5/7 姉ageha Facebookページと
6/5 発売の次号で発表！ お楽しみに♡
Facebookにて「姉 ageha」で検索！

かなえこぼれ話

サメが嫌いすぎてもはや恐怖でしかない件

怖すぎてサメについていろいろ調べたり、襲われた人のドキュメンタリーを見た。逃げ方を研究した。海に行っても膝から下までしか入らない。それならすぐ逃げられるし、カナのほうが強い。

自分が見るのは**正面**ばかりだけど、
他人が見てるのは主に**横顔!**

5歳差がつく

横顔美容

写メや鏡に不意に写った自分の横顔にギョッとしたらご用心！ 正面よりも劣化が表れやすいのが横顔の特徴。先手を打ったケアで、どこから見られてもOKな美人を目指そう★

PHOTO_Satoshi Omura HAIR_Chiharu Koya EDIT&TEXT_Hironeko-A

人類は横顔から老けていく!!

//目尻// //ほうれい線// //あご下のたるみ//

あなたの生活は大丈夫？

横顔危険チェックシート

- ☐ スマホなどの操作で下を向くことが多い……A
- ☐ 高さのある枕を愛用している……A
- ☐ 真顔で過ごすことが多い……A
- ☐ スキンケア時についつい肌をこすりがち……B
- ☐ マメにコロコロや顔のマッサージをやる……B
- ☐ 皮膚がやわらかい……B
- ☐ 歯ぎしりをする癖がある……C
- ☐ しょっちゅうガムを噛む……C
- ☐ 固いもの、噛みごたえのある食べ物が好き……C
- ☐ 日焼け止めは朝しか塗らない……D
- ☐ 生活リズムが不規則だ……D
- ☐ タバコをよく吸う……D

Dが多かった人は 肌老化促進タイプ
紫外線・タバコ・ホルモンバランスの乱れによる三位一体ダメージが深刻。

Cが多かった人は エラががっちりしやすいタイプ
固いものを噛む、歯ぎしりなどで骨の上の筋肉が発達。顔が大きく見えがち。

Bが多かった人は 顔が下がりやすいタイプ
肌をこすり過ぎると皮膚のコラーゲンが伸びて、コケやたるみの原因に💧

Aが多かった人は あご下がたるみやすいタイプ
下を向く時間が長いのが原因。無表情による表情筋の衰えもたるみのもとに。

知らなきゃヤバイ 横顔老化の特徴とは？

正面より顕著に出る、横顔老化の傾向を2人の美の専門医に直撃取材！

口元編

木村歯科クリニック副院長 **木村美和子先生**

筋肉の衰えや噛み合わせのズレなど、加齢によるトラブルが多くなります。歯ぎしりや顎関節症の兆しがある人はマウスピースなどで予防を。

1. 筋肉が弱って口角が下がる
口の周りにある口輪筋のゆるみが原因。たるみにもつながるし顔の印象もだらしなく見える💧

2. あごがしゃくれてくる
様々な要因が重なって起こる老化現象の1つ。噛み合わせのズレが原因の場合もあるので注意。

3. あごの下に脂肪が溜まる
生活習慣の影響も大。下を向いて過ごす時間が長いほど、老廃物や脂肪が溜まりやすい状態に…。

目・鼻・骨格編

品川美容外科 池袋院 **弓削田浩主先生**

主に目立つのがたるみがもとでできる3つの線。紫外線による乾燥もこれらの原因の1つなので、マメに日焼け止めを塗るなど入念な対策を！

1. 目のくぼみ
加齢による肌のハリの減少や、顔のたるみなどが原因。疲れている印象や老け顔に見られがち💧

2. ほうれい線とゴルゴ線
ゴルゴ線とは目頭〜ほほの中央を斜めに横切る線。ほうれい線と同様横から見たときの破壊力が強烈。

3. マリオネットライン
腹話術の人形の如く口の真横に登場するタテ線。顔がたるんできた証なので気づいたら即対処を！

恐怖!! 鏡で下から見た顔は10年後の自分の顔だった

映し出されるのは未来のたるみ。正面から見てひどいということは横から見たらもっとヤバいってこと!! 危機感を持って予防することが大事です(美和子先生)。

Eラインとは？ 美容整形や歯科矯正における美の判断基準

鼻先とあご先をつなぐように指を当てたとき、くちびるが内側に収まると美しいと言われます。これに当てはまらなくても魅力的な人はたくさんいるので安心してね！(美和子先生)

徹底的にリフトアップ

注射を打つお金がない人必見。テープで肉を固定する新技術が初登場。

眉は横からの仕上がりもしっかりチェック！
特に気をつけるのは眉尻の角度。横から見たとき目尻の形とともに下がるような、ゆるいアーチに整えてる★

シェーディングとチークはバランスよく
チークはほほ骨の上〜耳に向けてぼかす。シェーディングとなじませると、自然だし輪郭もより締まって見える。

勝負の前はあごを押す
即席で輪郭を引き締めたいときに♪　グーの第二関節をフェイスラインに沿って押し込んでリンパを流す！

たるんだ皮膚は寄せて集めてテープで固定★

ヨガインストラクター
真優川咲さん（29歳／東京都）独身・子供なし

リフトアップテープでたるみを引き上げ！
市販のサージカルテープで耳の後ろに肉を固定♪　カラコンやアイプチと同じレベルでハマり中♥

その他の努力♥

顔面バンテージでリフトアップ
半身浴するときに装着してる★　ほっぺの位置が上がるし汗もたっぷり出るから、むくみも溜まった老廃物もスッキリ♥

咲は リフトアップテープを使ってシャープな横顔に♥

輪郭のたるみがコンプレックス！　横から見られると本気でヤバいから、独自のアイデアで生み出したテープであご肉ごと引き上げてる★

専属モデル
加賀美早紀（30歳／東京都）独身・子供なし

眉尻下げめで口角上げめ ゆるやかカーブで脱・キツめ

髪を全部上げて顔をスッキリ見せる
小顔効果もあるし、横から見たおでこ〜あごのラインも映える★　丸みのあるアップヘアなら頭の形も矯正できる♪

眉山と眉尻の高さは揃える
眉頭〜眉尻まで目のアーチの形と平行に引いた方が私の顔には合ってる♥　正面の顔でも横顔でも自然になじむ。

まつげは外国人の子供っぽくくるん♪
ビューラーで上げる→コームでとかす→ホットビューラーの順番でふわっと仕上げる♥

口角を軽く上げて印象UP！
しゃべってないときって真顔になりがち💧　だからこそゼロ印象で、いつも口角を上げとくよ♥

トップで髪を結ぶときは目尻がつらないように
顔は上がるけど目元がキツく見えるから、こめかみ部分のつっぱりを手で緩めて調整♥

その他の努力♥

人に見られていることを常に意識して過ごす
程よい緊張感を持ってたほうが顔がピッとする★　自然と背筋も伸びるから横から見た首のラインもしなやかに♥

さりげなく印象アップ

表情が読みにくい横顔だからこそ口角を上げる。優しげに見えるよ。

早紀は ふんわりまつげとゼロ印象で親しみやすい横顔に♥

ゼロ印象はアパレル時代に教わった★　接客中以外も口角を上げて遠目からもよい雰囲気を醸し出すこと。いつも優し気でいたい♥

ひと工夫でバランス感アップ

黄金バランスを利用して美人度UP。横からも正面からも盛れる♪

眉毛は美人眉の黄金バランスで！
口角と目尻をつないだ線の延長線上に眉尻を置くのがポイント♪　アーチはゆるめ描く★

前髪の分け目は絶対左目の上！
右側の顔を隠しながら、左側の顔を詐欺れる。デカ目や小顔に見えるし、鼻の形もごまかせる♥

固い頭皮をほぐすだけで上がっちゃうんだからぁ〜♪

くちびるはぷっくり見えるようにメイク
Eラインがキレイに見えるように、ちょっぴりオーバー気味にしてる♥　顔の立体感も増すよ！

その他の努力♥

ヘッドスパで顔のたるみを予防
頭皮がたるむと顔もたるむからGLAM Sのヘッドスパでケア★　むくみがスッキリして爽快だし、顔の肉も上がる♥

目尻はラインじゃなくてシャドーでタレさせる
ラインの下げ過ぎは横から見ると変。それでもタレ目は譲れないから、シャドーで目尻を下げる！

専属モデル
早川沙世（31歳／東京都）独身・息子1人

沙世は タレ目シャドーとぷっくリップで色気があふれる横顔に♥

右側の顔が嫌いだから出すなら絶対左！　最近はたるみも気になるから、メイクを変えたり頭皮ケアを始めたりして頑張ってる♥

眉毛テクで自信アップ

横顔美人のカギは眉毛。自信がない人はまず眉の描き方を研究しよう♥

ハーフアップでリフトアップ
耳から上の毛をトップに向けて引っ張ると顔が上がる♥ アレンジのバリエも多いし、簡単にできる。

眉のアートメイクでテカリ&かすれを予防
描いた眉だと写真を撮るとき反射するし消えやすい💧 アートメイクの方が横顔もキレイに見える。

ブレない眉と同じくらい輪郭も形状記憶させたい★

美容通販会社代表&木村歯科クリニック副院長（33歳／東京都）独身・子供なし
木村美和子先生

即席でたるみを隠すときはこのへんに手を添える
フェイスラインが気になるときはほおづえをつくフリして手でガード♥ 顔も小さく見えてお得♪

その他の努力♥
寝るときは枕を使わない
高い枕だと首のシワができるしあご下もたるみやすい💧 タオルを枕代わりにして、1日のたるみダメージをリセット★

あごを上げて過ごすように意識
歯科医という職業柄、下を向く時間がどうしても長いんだよね💧 仕事以外の時間は極力下を向かないように意識してる。

美和子は まゆげをアートメイクに変えて ベストな状態が崩れない横顔に♥

実は正面より横顔の方が好き♥ 鼻の高さや歯並びには自信があるけど輪郭のたるみがコンプレックス。未来の老化予防に励まなきゃ！

まゆげは真横にまっすぐ引く
前から見ても横から見てもまっすぐに★ 角度を上げてた時代よりも横顔がぐんと好きになれた♪

目尻のラインは長めに引く
セクシーな横長目になれる♪ 横から見て不自然にならないよう目の形に沿ってハネ上げてる。

横顔美人になりきるときは眉も目線もストレート★

目線はあえて遠くを見つめる
イイ女っぽい雰囲気を出すためのテク（笑）。隣にいる相手に自分をかわいく見せたいときにも効果的♥

首元に手を添えて輪郭と首のシワをごまかす
写真を撮るときにも使える手法★ 髪をかきあげるような仕草でやれば、色っぽい雰囲気も出る（笑）。

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし
杉山佳那恵

その他の努力♥
猫背にならないよう背筋を伸ばす！
背筋を伸ばした方が横顔が盛れる。顔がうつむき気味にならないので、あご下のたるみ予防にも効果的♪

佳那恵は 眉をまっすぐ引いて 自分好みの横顔に♥

横顔って昔は苦手だったんだけど、眉毛の描き方を変えたら好きになれた♥ 少しでもイイ女に見えるように、目線や仕草もこっそり研究してる😊

輪郭偽装で小顔感アップ

カバー技&影を利用。自信のあるパーツを盛って目くらますのも◎。

眉毛は前髪で隠す
左右対称に描くのが苦手だから、うまくいかない日は前髪で封印♥ チラ見せ程度なら全然バレない♪

目尻と耳の間には絶対に毛を垂らす
目と耳の間の余白が広いんだよね💧 横から見ると顔が大きく見えるから髪で目くらまし。

目尻のボリュームが激しいつけまは避ける
正面から見るならいいけど横からだと悪目立ちする。ラインも同じ。昔ほど長くしない！

真横は苦手💧 髪のヨロイと顔の角度でカモフラージュ

巻き下ろしで輪郭を包み込む
コンプレックスをむき出さない♥ 小顔に見えるし目力も際立つ★

専属モデル（31歳／東京都）独身・子供なし
桜井莉菜

その他の努力♥
TIクリニックに通ってリフトアップ！
After　Before
リフトアップ施術がめっちゃよくて月1で通ってる♥ 下がったほっぺや口角も上がって引き締まった小顔になる★ まじでヤミツキ！

莉菜は イヤな部分を髪で隠して 好きなパーツが目立つ横顔に♥

あごが小さくて人よりたるんでるように見えやすいから、横顔は苦手💧 巻き下ろしで顔を包んで、見える面積を最小限に抑えるよ！

眉尻は目尻の形と平行に描く
横から見ながら描くよ。目尻の丸みと平行に眉尻を下げると、黄金バランスで美人眉になれる★

アイラインはほぼ骨の角度に合わせてハネ上げ
ほほ骨の外側と同じ角度でハネると、ほっぺの位置がキュッと上がって見える♥

フェイスラインはNOファンデ
顔の中心→外側へのばして、フェイスラインの部分はスポンジでオフ！ 自然な陰影で小顔感UP😊

シェーディングは顔の外→内へと入れる
輪郭をなぞるように入れると変になる。あご下→上に向けて細かくブラシを動かして、グラデ風の陰影に。

フェイスラインの巧みな影で小顔とリフトアップを実現！

北新地パーラ勤務&アパレル会社社長（28歳／大阪府）独身・子供なし
まなかさん

その他の努力♥
最新のリファでマッサージ
横顔を見たら口元が下がってたから、リファで顔肉を引き上げ！ 続けたら口角が上向きになってきたよ★

まなかは こだわりベースの 陰影効果でキュッと 上がった横顔に♥

右左の顔が違うの💧 左は少し幼く&太って見えるから、右の方が好き。イメージ通りの顔に近づけるようにあごの角度や目の開き方にもこだわる！

老化予防でメス力アップ♥

目元も口角も上へ上へ。下を向かない習慣や舌回しは若返りにも◎★

チークはほほ骨に沿ってグラデに
目の下だけとかポイントで置くと、横から見たとき変！ ふわっと横に流して血色風に仕上げるよ。

眉もアイラインも丸みを意識
眉は骨格に沿ってやや太め。ラインの目尻は眉より短めが◎。どちらも丸くゆるい方が色気が出る♥

ラインの目尻は真横にシュッと
流す方が自分の顔に合うし横顔も盛れる♪ 垂らし過ぎは不自然だし、顔が下がって見えるから×！

口呼吸は絶対にしない
子供の頃から「顔がゆがむからやめなさい」って親に言われてた。口が空くクセがある人はガムを噛むといいらしいよ

主婦&TOKYO NADESHIKOブロガー
MERIさん
(35歳／東京都)既婚・子供なし

1日100回の舌回しでほほのたるみを食い止める

下を向いたら負けだから顔もメイクも上向き上等♥

大ぶりのアクセでエラをめくらます
輪郭の形など横顔のお悩みから目をそらさせる★ 華やかな印象になるし小顔効果もあるのでお得

ラインは目尻を上げつつ長めに引く
加齢で目尻が下がって来るから、ラインを上げてバランスキープ！ 長めに引いて目の横幅も広く見せる♪

くちびるはぷるっぷるに仕上げる
Eラインにメリハリがつくように、グロスでボリュームUP★ 口はやや半開きがベスト♥

できるだけアゴを上げて過ごす
重力に負けないように(笑)。下向きだと横から見たときにたるみや二重あごが目立つのでキケン!!

ライター&TOKYO NADESHIKOブロガー
水野祐香さん
(35歳／東京都)既婚・子供なし

MERIは正しい呼吸と舌回しでゆがみのない横顔に♥

子供の頃から親が顔がゆがむ行動を止めてくれたおかげで、横顔には結構自信アリ♥ 未来のたるみは怖いから、顔の筋トレで頑張って抵抗してる

その他の努力♥ 舌回し運動でほうれい線対策
舌の筋肉が衰えるとほほの肉が垂れるらしい 歯と口の間をなぞるように、左右100回ずつ回すのが日課。

その他の努力♥ ココナッツオイルでエラをマッサージ
あご下に親指を食いこませフェイスラインの老廃物を、耳→首→鎖骨へ流す。肌もしっとりすべすべになる♥

祐香はラインも顔も上向き意識で重力に負けない横顔に♥

重力の影響を受けやすいお年頃だから、メイクや顔の角度で日々格闘♥ 髪はゆるく巻いてふわっとさせると横顔美人に近づける気がするしメス力も増す

骨格補正で若見え感アップ

ヤセてる人に多い悩み ゲッソリしないように丸みを出す工夫が必須♥

後頭部はもっこりさせる
あごと耳上をつないだ延長上の「ゴールデンポイント」を盛ると頭が形よく見えるよ

まつげとラインは目尻側を盛る
横顔を意識するならちょいハネラインの方が盛れる。まつエクは目尻に長めの毛をつけて、ゆるくカールさせます。

歯科医療事務育休中
古橋綾香さん
(31歳／東京都)既婚・息子1人

後頭部がもっこり丸くして若々しさと品のよさ両得♥

口角を描き足して笑ってるような口元に
横からもやさしそうな顔に見えるように♥ ペンシルで上向きにちょっとだけ足すよ

シェーディングは首までしっかり！
首が白いと顔だけ浮いて不自然 あご下から下に向けてグラデになるように塗ります♥

綾香は目尻と後頭部を盛って若々しい横顔に♥

三面鏡を使い始めたら横顔の重要さを実感。全方位から見たメイクのバランスや、頭の形も意識するようになった。

その他の努力♥ 背筋を伸ばして全身リフトアップ
顔も背中もすべてが繋がってると思う★ 顔も締まるし、あご下や胸のたるみも防げるしいいことだらけ

Vivianカラコンアドバイザー
美咲さん
(31歳／東京都)独身・子供なし

髪はタイトにするか思いっきり盛る！
服や顔の状態に合わせて目くらまし。むくんだ日は盛り髪、顔がコケ気味な日はタイトにしてる♪

その他の努力♥ 顔のリンパは流し過ぎない
やらないとたるみが心配だし、やり過ぎるとコケる ほほ骨の下だけマッサージをやめたら程よい感じに★

チークはほほ骨の高い位置に濃く
デカめのブラシでふわっと。ほほの位置も高く見えるし、女らしい丸みが出て骨っぽさがやわらぐ★

目尻のラインはちょっぴりハネる
形に沿って上げめに引いた方が横から見たときの印象もいい。長さはまゆげよりやや短いくらいがベスト。

シェーディングはこめかみだけ
昔はフェイスライン全体だったけど、ほほ骨のコケが気になるから面積を減らした。ここだけで十分。

コケると老けて見えるから適度なほっぺの丸みを意識

美咲はシェーディングとチークでほんのり丸みのある横顔に♥

横顔って顔の幅が目立つ 昔はマッサージやシェーディングで小顔にこだわったけど、最近は顔をコケさせない工夫もマスト！

気分を上げて顔全体をアップ

心が浮き立つ工夫で微笑みキープ。表情筋が鍛えられて顔も上がる。

専属モデル(31歳/滋賀県)既婚・息子1人・娘2人
けいこ

眉尻はゆる〜く長めに描く

上げて描くまゆげは横から見たときに微妙♢ ゆるやかな方が表情もやわらかく見える♥

まつげはがっつり上げ過ぎない

昔はパッチリ命だったけど横顔だと不自然😓 丸いカーブを描くお人形のようなまつげがいまの理想。

リップラインは口角を上げ気味に引く

常に微笑んでる口元に。さらに口角を上げて過ごせば、ほうれい線もごまかせてお得😊

常に笑って過ごした方が顔も運気もぐんぐん上がる

シェーディングはほほ骨下〜あごのみ

昔はこめかみ〜エラに入れてたけど横から見ると変♢ ポイントで塗るだけでも十分小顔になれる♥

けいこは ゆる長眉とほほ笑みリップで幸せを呼びこむ横顔に♥

気になるのはシワやたるみ♢ 顔がこれ以上下がらないように、子供たちと遊ぶときの表情作りで顔の筋肉を鍛えてます♥

その他の努力♥

皮膚科の薬で目尻を保湿

横から見たときに目立つ目尻の小ジワは保湿力の高いヒルドイドローションでケア♥ 肌もふっくらします。

厚めの前髪で小顔効果&目力アップ

毛先は左に流してる。前からも横からも小顔に見えるし眉毛を失敗してもごまかせる(笑)。

サイドの髪でほほ骨を隠す

ほほ骨が出ると顔が大きく見えるんだよね♢ 輪郭のラインや人の視線もカバーできてお得。

美顔器でリフトアップ

知り合いの勧めで遅ればせながら美顔器デビュー★ 顔周りにハリが出てきた気がする。

その他の努力♥

ポイントメッシュでコンプレックス解消

苦手な右側も好きになれるよう髪にひと工夫★ 右側から鏡を見るのが前よりも楽しくなったよ😊

コンプレックスを隠しつつ親しみやすさを出すのが理想☆

ライフスタイルプロデューサー(34歳/東京都)既婚・娘2人
宮下美恵さん

美恵は 顔周りの髪をふんわりさせて小顔に見える横顔に♥

横顔って親しい人以外に一番見られる部分だから苦手♢ 一番の悩みはシャープなあごの線に対してほほ骨が目立つこと。

たるみ削減でハリ感アップ

髪や影で覆い隠して目くらまし。即効性◎なので勝負時にも便利★

その他の努力♥

あご下はがっつりシェーディング

影になってる部分だから多少濃くても浮かない♪ フェイスラインと首の境目は丁寧になじませるよ♥

ノーズで顔を立体的に見せる

ちゃんと彫りを作った方が、表情にメリハリがつく! 鼻の形や高さもごまかせる気がする。

髪はストレートにしてさらっと耳にかける

横顔が盛れるのはストレートだと思う。髪をサラッと耳にかける仕草で女らしさもアピれる♥

軽く微笑んでたるみを引き上げ

真顔よりかわいく見えるし、ほうれい線やたるみも目立たない★ 少しあごを上げるとよりいい感じ♥

エラのシェーディングはひと塗りで完了!

欲張ると横から見たときの顔色が2トーンになる♢ もう大人だからギャルっぽい力技は卒業したよ!

顔のたるみは心のたるみ! シェーディングでUPの魔法

広島の看護学生(29歳/広島県)独身・子供なし
青木りえさん

りえは シェーディング使いで立体感のある横顔に♥

たるんでるって思われたくないから、シェーディングは絶対! 不自然になるのを避けるために、入れる場所や加減を工夫するようになった!

ココの毛を引っ張ってリフトアップ!

こめかみの毛を引っ張ると顔全体が上がる★ むくみが気になる日やここぞってときに実践してる。

その他の努力♥

耳の下〜首筋をマッサージ

オーガニックのオイルを携帯してこまめにケア★ 老廃物の蓄積と老化の大敵であるストレスを解消。

リファ・美顔器・あいうえお体操 たるみに効くものは何でも実践♥

家事手伝い(35歳/東京都)独身・子供なし
ららさん

シェーディングはあごの下まで入れる

ここ数年はエラよりもあご下を暗く見せることに注力! たるみをごまかせるし、輪郭も引き締まって見える★

髪を垂らしてほほ骨とあごのラインをカバー

たるみが気になるからむき出しは危険♢ 髪を垂らした方がいろいろごまかせるし、おしゃれ感も増す♥

ららは 髪型とリンパマッサージでたるみを感じさせない横顔に♥

横顔でたるみが目立たなければ、正面の顔もより若く見える★ 1ミリでもたるまないよう、外出先でもマメにリンパを流すように努力してる♥

工夫だけじゃどうにもならないパーツの悩みを解消したい！という人には…

5大お悩み別

横顔美人になるための美容施術

「身近な工夫でなんとかするのもいいけど、もっと劇的な変化が欲しい！」という人はプロの技術で若返ろう♥

@品川美容外科

※効果に関しては品川美容外科のデータになり、個人差があります。価格についても同美容外科での目安となり、予告なく変更になる場合があります。

お悩み1位 ほっぺのたるみ＆マリオネットラインには 美肌治療♥

たるみが引き上がってシワも消滅！ 若々しい印象に★

どんな施術？

自力でコラーゲンを生成する力を高めてハリを再生！

肌細胞の再生能力を引き上げる働きを持つ「溶ける繊維」を注入して細胞を刺激することで、新しい皮膚の再生力やコラーゲンの生成力を促す施術。美肌や老化予防にも効果的！ 施術直後は腫れや内出血が起こることもありますが、2～3日から1週間程度で落ち着きます。

かかる費用の目安 スタンダード2ヶ所340,730円

お悩み2位 ほうれい線にはプチシワ取りヒアルロン酸注入♥

シワもたるみもふっくら。効果の持続は3カ月～半年程度。

どんな施術？

注射でヒアルロン酸を注入しシワやたるみを改善

ほうれい線などのシワの溝を内側からふっくら持ち上げて解消する治療法。ダウンタイムがなく価格もお手頃なので手軽に試しやすいほか、わずか数分で効果を実感できるのも大きな魅力。まれに一時的な腫れや内出血が出る場合もあるけど、メイクでカバーできる程度です。

かかる費用の目安 ほうれい線(片側)初回、1ヶ所930円

お悩み3位 あご下のたるみには 顔やせクイック♥

after befor

輪郭がシャープに！ 笑ったときの二重あごの解消にも◎。

どんな施術？

溜まった脂肪を溶かして小顔に！

天然由来の成分で脂肪の分解を促進させる注射。翌日には効果を実感できるうえ、腫れにくいので忙しい人にピッタリ！ 麻酔で痛みを抑えることができるのも心強いポイント★

かかる費用の目安 初回スタンダード1部位1ヶ所6,000円

お悩み4位 鼻の形を変えたい人には フレックス・ノーズ®♥

after befor

1～2ミリ上げただけでもこの変化！ 施術にメスは不要。

どんな施術？

特殊な糸を使用した切らない隆鼻術

特殊な糸を8～12本使って、理想の鼻の形に形成。直後に少々腫れたりなじむまで時間がかかる場合もあるけど、ダウンタイムは短め。プロテーゼより自然に仕上がると好評！

かかる費用の目安 1本18,330円

お悩み5位 エラや輪郭を変えたい人には プチ小顔術♥

腫れはほぼなし！ 繰り返し注入するとさらに効果が持続。

どんな施術？

ボツリヌス・トキシン注射でエラの張りを緩和

歯ぎしりや固い食べ物の咀嚼などで張ったエラの筋肉の活動を抑え、顔を小さくする施術。3週間～1カ月ほどで徐々に効果があらわれ、自然にヤセたように見えるのでバレにくい♥

かかる費用の目安 エラ(片側)初回、1ヶ所930円

もっと手軽に横顔美人になるには？

美顔鍼 @銀座HARICCHI

どんな施術？

顔の筋肉の緊張をゆるめ全方位からたるみをリセット

使われるのは最も痛みを感じにくい髪の毛の太さほどの鍼。これで顔の大きい筋肉の緊張をゆるめて血行を改善。自己治癒力を高めることでハリや弾力のある美肌へ♥ さらに顔全体に微弱電流を行き渡らせることで即効性と持続力もUP★

顔のコリを放置するとデカ顔に!!

原因は顔の筋肉。これが緊張で固くなると、重力の影響で肉が下がってデカ顔に…!! 美顔鍼はこの筋肉を瞬時に柔らかくし、たるみがない頃の顔に近づけてくれるので小顔になりたい人は必見！

after befor

たった1回の施術なのに顔の印象が全然違う！ 輪郭や目周りがスッキリして、小顔美人に♥

オススメの施術 美顔鍼微弱電流60分

協力していただいたクリニック＆お店はコチラ♥

♥美容施術
品川美容外科 池袋院
池袋院 弓削田浩主先生
㊟東京都豊島区南池袋1丁目25-11
第15野萩ビル8F
0120-824-900
ホームページ：http://www.shinagawa.com/

♥美容施術
銀座HARICCHI(ハリッチ)
川辺なお院長
㊟東京都中央区銀座1丁目5-14
銀座コスミオンビル3F・4F
☎03-5524-0589
㊡10:00~21:00 ㊡不定休
ホームページ：www.haricchi.jp
お問い合わせ：info@haricchi.jp

予約時に「姉agehaを見た」と伝えるとうれしい特典アリ！
美顔鍼微弱電流60分コース
10,000円→5,000円+ダイエット耳ツボジュエリー施術
美顔鍼微弱電流90分コース
14,000円→7,000円+ダイエット耳ツボジュエリー施術

が提案する“格上げ”スタイル8選

ナイト系専門店だからカットも普通とは違う!

menu
・ダブルカラー
・メッシュ(ハーフ)
¥22,990

チェスナッツミルクマーブルカラーに、悩める嬢の理想を叶える顔周りのおくれ毛の**「調整カット」**で小顔効果♥ ヘアメした後の仕上がりを想定した上でカットするから、内巻き、外巻き、アップ、サイドアップの使い分けはもちろん、巻き髪も120%映える♥

照明を味方につけるPLATINUMカラーで超痛んだ髪の毛も痛むどころかダメージ回復♪

ヘロヘロだ目を引く絶妙カラー!

menu
・フォースカラー
・ハホニコトリートメント
・エクステ60本
¥50,960

痛んだ髪の毛でも大丈夫♥
やっぱ明るめにChallengeしよ。美容室で**「無理」**とかいわれるのはもうウンザリ! ナイト専門美容師とフロアで**“主役”**になれるカラーを一緒にとことん考えよ! 毛先までこだわる**「高い女」**をカタチに♥

切れそうな超ダメージ毛も完全復活⬅
ナイト系専門店のマル秘テクニック+10工程のハホニコトリートメント。

menu
・カラー
・カット
・ハホニコトリートメント
¥17,990

誰もが憧れる**ツヤ髪ストレート**。綺麗なロングの秘密は、Wカラーや繰り返しのブリーチを扱っているナイト系専門店のノウハウにあり。同じ10工程でもナイト系専門店ならではの**秘密のテクニック**を凝らしたハホニコを体感して♥

代表スタイリスト
鈴木 美里

LINE 公式アカウント @hsalon
ご予約ID hsalon

hsalon.jp

hair make hair design
hermitage
エルミタージュ
ナイトワーク♥専門美容室

11:00〜23:00(21:00最終受付)/年中無休 〒171-0014 東京都豊島区池袋2-54-14 東拓ビル1F tel.03-3984-1155

エルミタージュ 池袋 美容室 検索

「できません!」とは
絶対言わない。

全国唯一

ナイトワーク専門美容室

“フロアの照明”を計算した施術と夜嬢御用達の“格上げ(ワンランク上)EX”で、『人気嬢』のオーラをまとえ!!

お茶引きとはさよなら!指名被り上等♥ガチガチセットに3ヵ月以上耐える“格上げ”EXとダメージレスのPLATINUMカラーで“伸びる伝票”⇒“爆伝”が止まらない!客受けを意識した流行+αのスタイルで“痛客”が手を出せない格上キャストに♬

もう「安い女」とは言わせない!太客をつかむ“格上げ”エクステ♪

menu
・カラー
・カット
・ハホニコトリートメント
・エクステ100本
¥40,980

トップはもう盛らない!ギャルからはもう卒業♪“格上げ”エクステで痛客が手をだせないフロアの“主役”に。品格が大事な夜の蝶々だからエクステの品質にこだわるのは当たり前♥

menu
・ダブルカラー
・カット
・エクステ80本
¥44,970

セットさんも必ず驚く ヘアメしやすさに感動♪

ヘアメするのに相性が良いのが『Hermitage』の超高品質EX。

イチゴメッシュで私もスイーツ♥大きめな「なめひ」巻きスタイルでも、毎日のヘアメがいつもより早く、キレイに決まる♪絡まりにくく、地毛との馴染みも抜群♪安っぽいゴテっとした束感は一切なし♥ワンランク上の“夜嬢”を演出して♬

自分がウリだから妥協は許さない!

menu
・トリプルカラー
・ハホニコトリートメント
・エクステ20本
¥33,990

頭のてっぺんから毛先までキメる“鉄壁キャスト”のプライド!!Hermitageだからこそ出せるピンクチャイカラーでエアリーゆるカワCカールボブスタイル。ボブは重めでエクステ装着♥

Hermitage

Hermitage

Hermitage

24時間、360度スキがない夜を舞う“プリマドンナ”は指名コールが鳴り止まない♪ココナッツカラーで存在感アップ♥

格上げスタイルの必須アイテム
次世代エクステ
「マテリアルG」
って?

新品同様♥

3ヵ月使用したエクステの状態!!

- 16歳～25歳以下の超健康毛を厳選しているから枝毛さえなし!
- エクステの常識を変えた!エクステ自体にカラーもブリーチ、パーマもできる!
- 週6日、がしがし逆毛を立てて、バキバキにハードスプレーで固めても3ヵ月間サラサラ感が続く!
- 美容師がみても地毛と区別がつかないほど超なじみ、長さ5センチのショートでも取付可能!

新連載
姉 ageha が今、話題のあの人にラブコール❤

姉的 power push artist vol.1

記念すべき第１回のゲストは、国内の活動にとどまらず、世界に目を向けて活躍の場を広げているVAMPSのHYDEさん❤ 5月にさいたまスーパーアリーナで行われるツアーのファイナル公演への意気込みとともに、HYDEさんの美のヒミツと素顔に迫ったQ&Aもお届け★ チケットプレゼントも見逃さないで♪

PHOTO_Kazuko Tanaka　STYLING_Yoshiaki Takami
HAIR&MAKE_Natsuki Kojima　TEXT_Tomonori Nagasawa

Q1 メイク道具のこだわりやお気に入りのコスメは？

クレ・ド・ポー ボーテのジェルライナーは落ちにくくてよく使ってましたね。やっぱライヴってすごい運動なんで、落ちない方がいいですね。でも、ジェルライナーって筆で取るのがめんどくさいじゃないですか。最近はもう落ちても良いやと思ってペンシルタイプのジェルに変えました（笑）。

Q2 カラコンは何をよくつけていますか？

グレーが好きですね。フチはある方がいいかな。フチがないと、ちょっと怖い印象にならない？なんとなく。

Q3 スキンケアで使っているアイテムは何ですか？

ワセリンだけです。ワセリンは肌に浸透しないで、ガードしてくれるのがいい。浸み込んで酸化したりしない。だから、下地も僕は全部ワセリンだけです。普段は化粧水もクリームも、基本的に何もつけないです。

Q4 コスメはどうやって手に入れるんですか？

基本的にネットのクチコミで何が１番いいか、どんな評判か調べて「あーじゃあ僕に合うのはこれだな」と選んで、それが置いてある店に行きます。自分でも買いに行きますよ。

Q5 お風呂は朝風呂派ですか？夜風呂派ですか？

基本寝る前、夜ですね。ベッドが汚れるのが嫌なんですよ。清潔な状態で眠りたい。

Q6 寝る時ってどんな格好ですか？

パジャマ。基本物販で自分が着たいパジャマを作ってるんで、それを何枚ももらってきて。

Q7 髪の色を黒くしたのは何か理由が？

心境の変化かな、いろんな人を見たときに「あ、今黒が新鮮だな、黒髪ってセクシーだな」って思って黒にして、その新鮮さが案外ずっと続いているというか。時代の流行を見てて、人と違うことしたいなって常々思って色んな髪型してきたんだけど、今のVAMPS に合ってる気がするんです。

PROFILE♡
<VAMPS>
HYDE（L'Arc～en～Ciel）とK.A.Z（Oblivion Dust）によるロックユニット。アルバム『BLOOD SUCKERS』を携えたツアーを敢行中。ツアーファイナルは5月30・31日さいたまスーパーアリーナ。

音楽に人生を賭けるなら世界を舞台に戦いたい

—世界を舞台に活動中のVAMPS。今のHYDEさんを突き動かしている想いの源は何なのでしょうか?

今の自分がやるべきことって、海外の市場へ打って出ることかなと思ってて。もちろん、日本のファンたちがいるからこそできることだし、日本という市場で揺るがない環境を描き続けていくのも大事なんだけど。より、表現や活動の器を広げていくには、海外という土壌へ目を向けていかないと大きな広がりは望めないと思ってる。同じ音楽に人生を賭けるのなら、「世界を舞台に」というおっきな宝くじを買ったほうがやり甲斐があるじゃない。それと、海外に挑戦していく上では、いろんな人たちが協力してくれるタイミングを逃すべきではないこと。それが、今。だからこそ最新アルバムの『BLOODSUCKERS』も、国内はもちろん、海外へ発信していくために作った作品なんです。

—収録した『THE JOLLY ROGER』でも歌っているように、「自分たちで新しい世界を手に入れよう」という意志が、今の世界戦略という意識へ繋がっているわけですね。

そうだね。ただし、今はまだまだ始めたばかりの状態。これまで日本で行っていたのと同じようなライヴとリリースとプロモーションという活動を、これからもっと細かく各国でやってかなきゃいけない。たとえば日本の場合、プロモーションをすれば大勢の人たちがVAMPSのことを好意的に受け入れてくれる。より具体的に言うなら、僕らがラジオに出ることで、その放送局の番組を多くのリスナーが耳にしてくれるからラジオ局の利益に繋がる。でも、海外のラジオ番組に僕らが出たところでラジオ局の利益にはならないんだよね。VAMPSの存在が知られてないから。海外に関しては今、こちらから出演をお願いし、少しでも多くの人たちにVAMPSの音楽を伝えようと努力しているところ。

—かなり、シビアな環境じゃないですか?

僕らは今、海外へ戦いを挑みに行ってるんだから、それは当たり前のことです。

—今、海外の人たちが日本の音楽や文化に強い関心を示していますよね。その先方を背負って勝負している意識もあるのでしょうか?

そこの意識とは関係ないところで、VAMPSは活動してるよね。どちらかというと、アメリカのバンドと勘違いして欲しいくらい。自分らもそうだけど、アメリカやイギリスの音楽は聞いても、たとえば南米の音楽は聞くか?といったら、中身以前にそこへ意識が向かないから耳にしない。それと一緒で、海外の人たちもあえて意識を向けない限りは日本の音楽に触れることはない。でも、アメリカで有名になれば、世界中の人たちが興味を持って聞こうとする。日本の音楽や文化を背負うというよりは、アメリカのナンバー1が世界のナンバー1という基準であるなら、僕らもそこを一番の目標に掲げて目指していきたい。

HYDE from VAMPS

アリーナとスタンド両方から見て楽しんでほしい

—VAMPSは、国内はもちろん、海外でも、毎回かなりの本数のライヴを重ねていますよね。やはりライヴは大切な場であると。

僕らはライヴを行うために音楽を作っているのが一つ。何より、ライヴこそアルバムの魅力を伝えていく上で最大のプロモーションだと思っているからなんです。最新作の『BLOODSUCKERS』だって、そう。アルバムって自分の子供のような存在。その子のためにできるだけの愛情を注ぎ、育ててあげたいからこそ、アルバムを手にしたライヴ活動を行っていくわけで。昨年から行ってきたライヴハウス籠城ツアーにアリーナツアー、そして5月30日と31日にさいたまスーパーアリーナで行う国内ツアーのファイナル公演までの流れも、最大限にプロモーションしたいから選んだやり方なんです。

—5月30日と31日のさいたまスーパーアリーナでは、どんなステージを見せてくれるのでしょうか?

アリーナにいる人はライヴハウスに近い雰囲気を味わえるけど、スタンドの人たちは、ステージ全体の凝った演出を楽しめる。つまり、場所によってまったく異なる視点でライヴを楽しめる。だからこそ、場所を変えて2回見てほしいですね!! これまでにないライヴを魅せられると思います。

Q8 女の子の好きなメイクや服装は?

ナチュラルかな?どちらかと言うと。似合ってれば何でもいいんですけどね。本当、オシャレな方が女性は得ですね。やっぱ素敵に見えるし、それがたとえ僕の好みじゃないファッションであっても、オシャレな人っていうのは雰囲気が違う。それに、自分の欠点を補ってくれるというか、印象を薄くしてくれますよね。欠点があっても、オシャレだと「あ、言われてよく見てみれば…」って不思議と気がつかない(笑)。オシャレで、あと明るい人の方が得だと思う。

Q9 お休みの日はどんなことをしていますか?

オフの日は…冬～春だと温泉やスノーボードに行きます。前回は、白馬に行きましたね。スノボをするんで雪山に行くことが多いです。

Q10 最近ハマっているものはありますか?

キャベツ。キャベツのサラダ。千切り。「こんなにうまいもんか」って気がついて（笑）。もうキャベツの千切りでいい（笑）。飽きないねぇ。「キャベツってこんな甘いんだ」って思って。僕それまでコンビニのサラダも美味しいなと思って食べてたんだけど、全然違う。普通にキャベツ買ってきてわーって切ったキャベツは本当甘いですね。んまい。キャベツの千切り（笑）。

VAMPS LIVE 2015 “BLOODSUCKERS” -FINAL- supported by uP!!!

2014年秋に発売したオリジナル・アルバム「BLOODSUCKERS」を引っさげ、全国を駆け抜けているライヴハウスツアー、アリーナツアーを締めくくるファイナル公演が開催決定★ ファイナルにふさわしく、VAMPSとしては初となるさいたまスーパーアリーナ♪ エンターテインメントあふれる演出と、これまでのライヴで磨き上げられたVAMPSのパフォーマンスが融合する、まさに“現在のVAMPS”の集大成！

【公演日時】
2015年5月30日（土）開場18:00 / 開演19:06
2015年5月31日（日）開場16:00 / 開演17:06
【会　場】さいたまスーパーアリーナ
【チケット】 9,200円（税込）
（アリーナスタンディングブロック指定 / スタンド指定席）

一般発売　好評発売中!!
※6歳未満の方のご入場はお断り致します。

携帯電話・スマートフォンによる写真 / 動画撮影可。
※以下URL内の撮影に関する注意事項を必ずご確認の上ご参加ください。
http://www.vampsxxx.com/contents/1595
㊐ディスクガレージ
☎050-5533-0888（平日12:00～19:00）

ライヴチケット 5組10名様にプレゼント♥

さいたまスーパーアリーナ公演に5組10名様をご招待♥ 巻末ハガキの「希望する」にチェックをつけて応募してね♪

※6歳未満の方のご入場はお断り致します。
※発表は当選者様に直接ご連絡させて頂きます。

締切は2015年4月30日♥

締切が早いので注意してね!!

最新 若いコとの会話にも困らない♥ エンタメ Entame 虎の巻 Vol.05

DVD、映画、イベント、豪華絢爛な演出が光るものがたくさん★　憧れの世界に触れると美意識も高まるよね

MUSIC 浜崎あゆみ

オリジナル・アルバム&LIVE DVD・BD 4月8日のデビュー記念日に発売!!

デビュー17周年を迎える歌姫・浜崎あゆみ✧。16枚目のフルアルバム「A ONE」とLIVE DVD・BD「ayumi hamasaki COUNTDOWN LIVE 2014-2015」を同時リリース★　アルバムは昨年12月にバラード3部作として話題を呼んだシングル曲を含む全11曲♪　LIVE DVD・BDは2014年大晦日、「真夜中のサーカス」をテーマに行われたカウントダウンライブを完全収録してるよ✧。●CD+DVD ¥3,800　CD+BD ¥4,200　CD ¥3,000／DVD ¥5,800　BD ¥6,800（すべて税抜き）●4月8日発売／avex trax

MOVIE 映画 クレヨンしんちゃん オラの引越し物語～サボテン大襲撃～

©U/F・S・A・A 2015

野原一家、春日部から引越し 太陽と情熱の国メキシコへ!?

メキシコで楽しい新生活を送るはずが、人喰いキラーサボテンが襲いくる!!　町の平和はしんのすけに託された!!　●監督／橋本昌和　●原作／臼井儀人　●脚本／うえのきみこ　●声の出演／矢島晶子、ならはしみき、藤原啓治、こおろぎさとみほか　●4月18日より全国東宝系公開

DRAMA ドS刑事

超ドSな女刑事が活躍するコメディー★

悪人を好きなだけいたぶりたくて刑事になったドS女刑事・黒井マヤと、素直でマジメな巡査・代官山脩介。バディを組むことになった2人が巻き起こす、痛快ポリスコメディー♥　●毎週土曜夜9時～9時54分　●出演／多部未華子、大倉忠義ほか　●4月11日、日テレ列で放送開始

MUSIC ベスト オブ ハバねこポッセ2

猫愛あふれるコンピアルバム

収録されている18曲すべてが猫曲の、猫好きによる猫好きのためのオリジナルコンピレーションアルバム♥　音楽のジャンルを越えて、曽我部恵一を始めとする気鋭のアーティストたちの猫愛がたっぷりこめられてる♥　●CD ¥2,222（税抜き）●発売中／グラジオラスレコード

EVENT サンリオピューロランド

女の子から愛さて40周年♥

マイメロディの40周年を記念したスペシャルイベントを開催中♪　オリジナルフードメニューや限定グッズもあるよ★　新パレードも必見★　●マイメロディ40thアニバーサリーフェア OMOIYARI TO YOU　●～8月31日まで　●サンリオピューロランド　㈲042-339-1111

MOVIE ディオールと私

©CIM Productions

華やかな世界の裏側に密着✧。

「クリスチャン・ディオール」全面協力のもと、コレクションの裏で奮闘するデザイナーたちのドキュメントムービー。●監督・製作／フレデリック・チェン　●出演／ラフ・シモンズ　●配給／アルシネテラン、オープンセサミ　●Bunkamura ル・シネマほか全国順次公開中

MOVIE シンデレラ

誰もが知る愛の物語、ついに実写化✧。

ディズニー・ラブストーリーの原点にして頂点とも言うべき作品♥　ロマンティックなイメージはそのまま、シンデレラの勇気と優しさから生まれる"奇跡の愛"が感動的に描かれる★　●監督／ケネス・ブラナー　●出演／ケイト・ブランシェットほか　●4月25日全国公開

MUSIC 倖田來未

待望の最新アルバムは過去最高ランクの出来映え✧。

「WALK OF MY LIFE」にはシングル曲を多数含む全16曲を収録♪　バラード、ポップ、HIP HOPと、多彩なジャンルの楽曲が揃った珠玉の1枚だよ★　●CD+DVD ¥4,212　CD+BD ¥4,968　CD ¥3,240　CD+DVD[FC限定] ¥5,378（すべて税込）●発売中／rhythm zone

MOVIE ソロモンの偽証

©2015「ソロモンの偽証」製作委員会

前代未聞の学校内裁判が、今始まる。

クラスメイトの死の真相を暴くため、中学校の生徒自ら起こした学校内裁判。大人たちの嘘に隠された真実とは？　●監督／成島 出　●原作／宮部みゆき「ソロモンの偽証」●出演／藤野涼子、板垣瑞生ほか　●前篇・事件／公開中、後篇・裁判／4月11日全国ロードショー

姉ageha お姉さんアゲハ

応募方法

必ず指定の場所に写真を貼り、必須事項を書いて切り取り、封筒に入れて編集部まで送って下さい。

〒156−0042 東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
medias株式会社
お姉さんageha編集部「読者モデル応募係」

編集部での審査の後、合格者のみご連絡を差し上げます。

24歳以上限定です★（上は年齢制限なし）

読者モデル大募集中♥

全身のPHOTO
プリクラ不可

顔のPHOTO
プリクラ不可

ここ3ヵ月以内のはっきり
写っている写真でお願いします

名前　　　　（　　歳）　電話番号

住所　　　　職業（職種を詳しく）

生年月日　　年　　月　　日　メールアドレス　　趣味・特技

整形モニター　ＯＫ　・　ＮＧ　　メスを使う施術　ＯＫ　・　ＮＧ　　注射などのプチ整形　ＯＫ　・　ＮＧ

自己PR

BAYSIDE DIVA

NEW ALBUM 2015.4.8 IN STORES!!

"R&B系、最強の声とクオリティ"でデビュー作がオリコン史上初のインディーズ・ソロ・アーティストとして初登場9位を達成し、その後もヒット作を連発した詩音が長期間の制作期間を経てニューアルバムを完成！！DJ☆GO、大地、秀吉、AILI, tan-boo 他 最強のサポートを得た一枚に!!
(CD+DVD付の限定盤も同時リリース)

2015年4月8日発売 「BAYSIDE DIVA」

限定盤 CD+DVD
¥2,480+税
NO ZLCP-0224

通常盤 CD
¥1,850+税
NO ZLCP-0225

【CD収録楽曲】
1 BAYSIDE DIVA feat DJ ☆ GO
2 More Than Friends 3 サヨナラ < アイシテタ
4 Reach Out feat. 大地 5 #always
6 ByeBye 7 Let Me Down
8 Heaven 9 Tears Wedding
10 U Can Shine feat. 詩音 (new mastering)/ 秀吉

【限定盤 DVD】
「春夏秋冬」をはじめ初期からのヒット曲、フィーチャリング曲を全9曲収録予定！！
·春夏秋冬
·RAIN OF TEARZ
·GIRLICIOUS feat. DJ☆GO
·LUV feat. 大地
·Slow Luv feat.Kayzabro(DS455), 詩音 / DJGO
·U Can Shine feat.詩音(new mastering)/秀吉
·Feel (NEW RECORDING VERSION)
(ショートPV) / 詩音 feat Christy /
·SUMMER TIME LUV feat. YOUNG DAIS (ショートPV)
·Love Affair feat. Kayzabro(DS455) (ショートPV)
＊収録曲の変更もございますのでご了承をお願いいたします。

新曲「サヨナラ<アイシテタ」絶賛配信中

レコチョクはコチラから↓↓↓↓
http://recochoku.com/d2/shion/sayonara/
itunesはコチラから↓↓↓↓
https://itun.es/jp/naOw5

新曲「ByeBye」絶賛配信中

レコチョクはコチラから↓↓↓↓
http://recochoku.com/d2/shion/byebye/
itunesはコチラから↓↓↓↓
https://itun.es/jp/naOw5

FM SHONAN 78.3 MHz NAPASA HIRATSUKA

「BAYSIDE DIVA SHOW」
／パーソナリティ詩音
毎週月曜、19：30～20：00
提供：LIFE corporation.inc

◆ スマホでの全国試聴はこちら
「TuneIn Radio」で検索してアプリをダウンロードしてね！
チューニンラジオ

©1993 SHONAN.BM

✻Hibis✻

【掲載特典】
H15年5月末までのお申し込みでスクール受講料 3,000円（税込）引き、ボディージュエリー施術ワンポイントサービス♪

Hibis（ヒビス）
http://www.hibis-bodyjewelry.com/
神奈川県横浜市中区太田町 5-63
ヒビス

詩音アート参考価格
￥3,300～／Hibis

詩音完全復活！

2015年4月8日 NEW ALBUM 発売！

SHION

BAYSIDE DIVA
HELLO!! xx
4/8に NEW ALBUM を
CHECK ♡♡♡♡
w/ luv
SHION
2015 4.7

Information

オフィシャルBlog
「It girl」
http://ameblo.jp/bayside-44-diva/

Twitter
@bayside44diva

Instagram
@bayside44diva

Facebook
https://www.facebook.com/shion44

Official Website
http://shion44.jp/

最新グッズ情報はWEBでCHECK♥

￥5,537／オフィシャルスナップバック
BDSをメインモチーフとし、サイドにIVIV(44)の刺繍を加えたスナップバック。カラーはブラック、ホワイトの2色展開。

￥1,852／オフィシャルタオル
「BAYSIDE DIVA SHION」をトライアングルデザインの BDS が囲むデザインタオル。

沙南が着こなす Set Up Style

沙南はレースアップビスチェ＆ペンシルスカートのセットアップを着回し！
ホワイトカラーを取り入れた、春のトレンドスタイルを紹介するよ♪

※価格表示は、すべて税抜きの本体価格となります。

Happy Spring! white makes you look beautiful!

コンパクトフォルムで上品な肌見せが叶うセットアップ。総フラワーレースの透け感がフェミニンな雰囲気を演出。セットアップレース柄バンテージ￥12,800／news

Cool & Sexy Lady

クラッシュデニムと合わせた甘辛MIXスタイル。トレンチを羽織って大人LADYな装いに。セットアップレース柄バンテージ￥12,800／news、クラッシュデニム、トレンチコート、オープントゥパンプス／本人私物

Elegant Denim Style

カジュアルとエレガントを兼ね備えたデニムビスチェでヘルシーに肌見せ。セットアップレース柄バンテージ￥12,800、白革柄パンプス￥6,900／news、デニムビスチェ／本人私物

Monotone Border Code

ボーダーはワイドなものを選ぶのが今年風。ゆったりめのトップスとタイトスカートをバランス良く合わせて。セットアップレース柄バンテージ￥12,800／news、ボーダートップス／本人私物

INFORMATION

SANA
（シンガー）

◆Official Blog
http://blog.crooz.jp/0j0maj0j0maj/

◆Twitter
@sana625

◆Instagram
@sana_625

◆iTunes、レコチョクにて「キミノトナリ」配信中！

◆YouTube配信中！

沙南

Rico

湘南平塚 VOGUE　RICO

Romantic Lace One-piece Dress

優しい気分になりたいときは白×ピンクをチョイス。繊細な織柄とレースのバルーン袖が、女性らしさを引き立てる。レースワンピース¥12,800、クラッチバック¥2,204／news

Floral Pattern One-piece Dress

胸元のビジューが煌めくセットアップ風ワンピース。春らしい花柄で上品フェミニンなスタイルに。花柄ワンピース¥4,900、クラッチバック¥2,019／news

Geometric Bandage Dress

海外セレブの間で人気のバンテージワンピースを取り入れてトレンドLADYに。チェーンベルトでスタイルUp。バンテージドレス¥9,800、クラッチバック¥2,019／news

White Bandage Dress

オールホワイトのシンプルデザインで爽やかな色気を演出。存在感のあるゴールドアクセが、品良く華やかに胸元を飾る。バンテージドレス¥9,800、白革柄パンプス¥6,900／news

Yui Nakatani

湘南藤沢 RICH　中谷由依

Pleated Set Up Dress

派手カラー×ボリューミーなプリーツで、周囲の目を惹くお目立ちガールに。大粒の白パールが上品な輝きを放つ。プリーツセットップドレス¥3,685／news

Stripe Peplum One-piece Dress

上品なペプラムデザインをベルトで引き締めて、魅惑のメリハリBODYを作る。白ベースのストライプで洗練された印象に。ストライプペプラムワンピース¥5,093 クラッチバック¥2,019、白革柄パンプス¥6,900／news

トレンドライクなワンピースで飾る

ALL WHITE CODE MIX

流行のホワイトコーデが似合うスタイル抜群の Rico と Yui が登場♥
１枚コーデで魅せるシンプルスタイルや、上品なフェミニンスタイルをお届け。これは買わなきゃ損♪

Hair Make_Asami Kumamoto

年度変わりのタイミングで新しいサービスや商品が続々登場するよ♪ 時代の流れに乗り遅れないように、最新の情報をすみずみまでチェックしてね♡

01

ディズニー楽しみ放題な新サービス開始★

SoftBankスマートフォンをディズニー仕様にカスタムできる「ディズニースタイル」★ 月額500円でディズニーのアドレス、コンテンツ、ライブ壁紙などが使用可能に♪ また、iPhoneユーザーには、同じく月額500円で多彩なコンテンツが楽しめる「ディズニーマーケット・オン・ソフトバンク」もあるよ♥ 詳細はサイトをチェックしてね♡

問ソフトバンクモバイル株式会社
☎0800-919-0157
HP：http://www.softbank.jp/mobile/special/disney-01/

©Disney

02

肌に優しいby MのBBコスメシリーズ♥

すべて美容成分がたっぷり配合されてるよ✧ クリームは伸びが良く厚塗りにならないのに、カバー力が優秀♡ さらっとしたつけ心地のパウダーでUVケアもOK♥ オレンジとピンクの2色入りチークは超微粒子仕上げで、毛穴の凹凸が目立ちにくい♪ 乾燥知らずのグロスで24時間うるツヤリップになれちゃう★

問株式会社Dazzy
☎03-3456-3737 HP：http://dazzylab.jp/

03

恋を叶えるヘア&ボディミスト「Juliette Ray」♥

優しくほのかに香るから、シーンを選ばず特別な日でも日常でも気軽に使える★ 香水のようにトップ、ミドル、ラストと香りの変化も楽しめるよ♥ ラインナップは（左から）オリエンタルムスク、トロピカルリゾート、エレガントドール、ハッピーサンシャイン、ロマンティックブーケの全5種類♪

問ツーウェイワールド株式会社
☎03-3839-3238 HP：http://www.2way-world.com/

04

「ノ・ミカタ」の特別キャンペーン開催中✧

姉ageha3月号で登場した「女会（じょかい）」の必須アイテム、「ノ・ミカタ」が新しいキャンペーンをスタート♪ 抽選で140名様に、夜のお酒のおつきあいで役立つスペシャルアイテムをプレゼントするよ♡ 「ノ・ミカタ」商品を含む、1,000円以上（税込）のレシートをスマートフォンで撮影して、特設サイトから応募してね♥ 詳しいキャンペーン情報は、HPにアクセス★

問味の素(株)キャンペーン事務局
☎0120-16-0505
HP: http://www.ajinomoto.co.jp/nomikata/

05

シュクレベリーで指先からふんわり香る✧

指先にうるおいとツヤを与えてくれる植物由来のネイルオイル♥ 液ダレしにくいジェルタイプだよ★ 既存のホワイトブーケ、ピンクフラワーズに、フレッシュシャンプーの香りが4月9日に仲間入り♪

問株式会社岡インターナショナルB&H事業部
☎03-6265-1700 HP：http://www.sucrevely.com/

06

全国のショップスタッフで結成したJEWEL DURASデビュー✧

DURAS SISTERSに新メンバー4人が加わりパワーアップ♡ （左から）YUI、ARISA、NICA、MARIKO、RICA、JURI、MAIの7人で、DURASの魅力を発信していくよ♪ インスタはこちら★ @duras_official

問DURAS
☎03-5772-6316 HP：http://www.duras.jp/

07

ハートの香水に続くシューズシリーズ♥

エンジェルハートから香水をイメージして作られたシューズシリーズが新登場★ ヒール2型、フラットシューズ1型の全3型で、すべて左右の靴を揃えると中敷にハートが浮かぶデザインになってるよ♥

問エンジェルハート
☎0120-07-2160 HP：http://angelheart-perfume.co.jp/

ちまたに溢れている専門家さんの意見だけじゃ物足りない！
更にそこからもういっちょ！ 深く突き詰めた美容知識をコールとともにお届け！

10代の頃から美にまつわる様々なトラブルの原因と改善法を研究してきたコールの女王＆美容オタク・下田美咲の新連載★ 読んで！ 試して！ 最高の自分に仕上げてこ～！

PHOTO_Yuki Oneyama(JOPS) HAIR_Chiharu Koya
EDIT&TEXT_Hironeko-A

下田美咲のもういっちょ！美容道場♥ 第1回

美肌以外は病気だから!!!

ハッ!! どん 引き引き どんどん 引き引き どーん 引き引き どんどん 引き～ どん

すぐ使える コール塾「どん引き」

思わずどん引きした時に。飲み会の盛り上げにもめっちゃ使える！

このコールの動画はYouTube「コール大好き下田美咲のコール講座Part 3【Funs】」で見られるよ★

肌がキレイなだけで・きちんと生活してそう・遺伝子が良さそう・モテる・酒に頼らずとも距離が縮まる

逆に肌が汚いと私の実体験上どん引きされる

第一印象を決めるのは肌！

肌がキレイだと人に信用されやすい!!

何も塗らないことで肌の再生力を高める

超秀逸なスキンケア★

次に重要なのが夜だけ肌断食！

しかしここで問題が…

バァァァァァァン!!!

コツはいかにパウダーが崩れる前に直すか!!

テカリなんて絶対ありえないからお直しは3時間おき！

ぺた ぺた ぺた

テカリを放置しないことでニキビの発生も防げる！

まず、朝の保湿直後から寝る寸前までしっかりファンデを塗る！

ぬり ぬり

紫外線や乾燥から肌を守れるからすっぴんで過ごすよりも全然肌が荒れない★

肌はキレイなのが正常！ 荒れるのはトラブルのせい!! だから諦めちゃいけない!!

宣言します

ビシィッ!!!

ということで、今回は私が長年の研究の末に辿りついた究極の美肌キープ法をお届けします！

美肌以外は病気だから!!

日中はファンデで肌を守って、夜は手ぬぐい洗顔＆肌断食！ これぞミサキ式究極の美肌キープ法なり★

しかもレギュラーの生理前ニキビもできなくなった!!

手ぬぐい洗顔を始めてから毛穴が詰まらなくなって肌が常にベストな状態に！

手ぬぐいの繊維が毛穴の汚れも落とすから石鹸だけで完璧に洗顔！

肌断食の前に立ちはだかる問題も肌の汚れもクリアに★

という時に出あったのが手ぬぐい洗顔!!

どやぁ♥

顔面がパリパリだと断食が成功しない!!

美容本が推す石鹸洗顔じゃ毛穴の汚れが落ちない!!

うむむむむむ

でもクレンジングを使うと洗浄力が強すぎて顔が乾く

どーする美咲!?

毛穴レスの赤ちゃん肌なら何をしても許される！

今回のポイント

1. 日中はしっかりファンデを塗る！

ジョルジオ アルマーニ マエストロ ファンデーション（左）は4 年近くリピ。お直し用のお粉はバイソン ベビーピンクUV 化粧直しBB パウダー01。

ファンデはなじむまで指でていねいにたたきこむ。アルマーニのマエストロは、ベールを一枚乗せたような薄づき感が秀逸！ 朝まで飲んでても顔色がくすまないし、保湿力が高いからシワにならない＆地割れしない！ 顔全体のお直しパウダーは何でもいいけど、崩れやすい部分にはバイソンのお粉。どんな毛穴も埋めるし、何回乗せても脂が浮いてから重ねても、表面がマダラにならない!! 化粧崩れに悩むホストの知り合いもヘビロテするほど優秀★

2. 夜は肌断食で肌を休ませる

私は入浴の最後に洗顔！

ミサキ式のポイントは洗顔が終わったらエアコンを消してすぐ寝ること！ この状態で何時間も起きてると、顔が乾燥して逆に肌荒れする!! 顔もパリパリするし、シワになるから表情筋を動かさないことも重要。誰かと電話で話したい時は、必ず洗顔前に済ませて！

3. 手ぬぐい洗顔

しっかり濡らした手ぬぐいで石鹸を軽くこすり、細かい泡を立てる。手ぬぐいを手に巻きつけて、肌の表面をなでるように洗顔。まつエクの人はまつげが取れないように、特にやさしくなでるように!! 手ぬぐいにファンデがつくので、小まめに面を変えながら洗う。小鼻の周りの汚れは固くしぼった手ぬぐいで細かく落とすよ★ 化粧が濃い日は目元だけリムーバーを使うけど、基本はW 洗顔不要だから楽ちん！ 手ぬぐいは本の付録と同じ「岡」という生地がベスト。天然のピーリング作用があるのもうれしい！

お手本は『「キレイ」が変わる美肌手ぬぐい』（髙邊しおり著／竹書房）。石鹸はロゼット洗顔パスタの青が定番。乾燥したらロゼットのピンク、ニキビができたらアレッポ（下左）。

プロフィール

下田美咲（しもだ・みさき）／1989 年8 月15 日生まれ。中学時代に世の中と大人に対する理不尽さを感じたことをキッカケに、人生に対する考察を深める。コールの達人、お悩み解決請負人、（株）ミサキ式会長兼社長…と既存の枠だけにおさまりきらない、進化系ゆとり世代♥

Twitter ♥https://twitter.com/shimodamisaki
ブログ「嫌なことあったら、そっこーヘルペス。」♥http://ameblo.jp/shimodamisaki/
YouTube ♥https://www.youtube.com/user/shimodamisaki

知らないよりも知っておいたらちょっとイイコトがあるかもしれません。

お姉さん新聞

2015 April 発行

**暖かくなって出かけるにはぴったりの気候だけど、露出が増える夏に向けて今からできることは抜かりなくやっとこ♡
出会いと始まりの季節でもあるから、あらためて友達の作り方について考えたり、新年度の目標も立ててみては!?**

PHOTO_Nobuyuki Sasaki HAIR&MAKE_Izumi Ueno(f-me) STYLING_Mizuki Nakano MODEL_Sayaka Araki, Sayo Hayakawa

Contents

(さやか)トップス¥5,000、ショートパンツ¥6,500、ピアス¥2,000／すべてrienda(バロックジャパンリミテッド)　リング／モデル私物　(さよ)ロンパース¥8,500／rienda(バロックジャパンリミテッド)　バングル¥1,600／お世話や

アラサーのお悩みはTOKYO NADESHIKOにおまかせ♥

Part.1 自分ってなかなか変えられない！

NADESHIKO相談室♥

第10回
真優川（まゆかわ）さんの甘辛事情★の巻

人間30年近く生きてると、いろんな自分ルールが増えるよね★ おしゃれの「似合う・似合わない」や恋愛に対する価値観もその1つ。安定の“自分流”を貫くのもいいけど、たまには冒険しませんか？ ということでこだわりの強い女・咲ちゃんの登場です

PHOTO_Youki Oneyama(JOPS) HAIR&MAKE_Anri Mitsuishi EDIT&TEXT_Hironeko-A

NADESHIKO相談室とは？
アラサーという人生の分岐点で戸惑う女子の駆け込み寺♥ 共感度120%のぶっこみトークとアイデアで、あなたにメス力ぶっこみます

タフな恋愛観にも注目

お悩み
1人が楽しくて結婚するという意味がわかりません！

甘めキャラ咲ちゃんの

ライター＆TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
水野祐香さん

ヨガインストラクター（28歳／東京都）独身・子供なし
真優川 咲さん

主婦＆TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）既婚・子供なし
MERIさん

咲さんの人生の出来事ランキング♥

1位 **この世に生を受けたこと♥**（0歳）
いまの私があるのは全部この瞬間のおかげ♥

2位 **雑誌の専属モデルになる**（23歳）
ヘアメイクさんの紹介で雑誌のモデルに♪

3位 **ヨガに出会う**（22歳）
美に良さそうと思い、試したら超ハマった★

4位 **姉agehaに出る**（27歳）
またしても紹介。刺激を受け美意識が高まる。

5位 **フランスで生活！**（20歳）
人生に絶望し海外を放浪。パリに行き着く。

真優川咲（まゆかわさき）さん Profile
1986年4月11日生、O型。北海道出身。好きな言葉は「美は1日にしてならず」という美容マニア♥ 趣味はお風呂、ヨガ、メイク

人生グラフ♥
+ −
29歳 25歳 20歳 15歳

みんなどんな理由で結婚を決意するの？（咲）

MERI（以下、M） 過去に結婚したいと思った人はいるの？

咲 昔1人だけいました。当時は結婚したいっていうより相手の子供が欲しかったんです。人生で初めてこの人の子供が欲しいって感情を知って、「じゃあ結婚かな？」って感じ。

祐香（以下、祐） 新婚生活を楽しみたいって感じじゃないんだ。

咲 そもそも子供以外の理由で、どうすれば結婚にいきつくのか想像がつかないんですよね

M うちは…普通に結婚しようって言われたから♥

祐 うちは3年つき合って結婚しなかったら別れるって決めてたのに、5年つき合ったことがリアルだったからかな。別れたくないって本気で思えたし、相手にも一生一緒にいたいって思ってもらえたから✧

咲 恋愛は3年、6年がひとつの区切りっていいますもんね。

M 恋愛のホルモンが途切れる時期らしいよ。ちなみに咲ちゃんが結婚したくないのは、やっぱ自由がなくなるから？

咲 結婚したくないわけじゃないけど、自由がなくなることを考えると意欲は落ちますね。

祐 する相手によると思うよ。

M みんな「結婚したら変わらなきゃ！」って意識がすごいけど、実際はそうでもないよ。飲みにも行くし、たまには昼まで寝てたりするし、同棲とほとんど変わらない。しいて違いを言うなら、お互いへの責任感が芽生えたくらいかな？

咲 なるほど～。でも同棲や結婚を考えたときに「もうちょっといい人が現れるかも？」って思ったりしません？（笑）。

M それは勘違い！ シビアな話、女って年齢が加算していくごとに価値が落ちるから。結婚相談所で結婚した男の名言があるんだけど「30過ぎて女が1歳年を重ねるのは、結婚したい男の理想年収が100万円ずつ下がっていくのと一緒だ」って。

咲 怖ッ!! 💧

M 結局「どんなに美人な35歳よりも20代のちょいブスを選ぶ」のが男のホンネだからね。そーゆー情報も収集しておかないと、ふと気づいたときに誰もいなくて「ヤベッ！」ってことになるから。周りの「結婚しなくてもいいじゃん♪」に惑わされないほうがいいよ！

恋愛に見返りは求めないタイプなんですよね（咲）

咲 結婚したいと思える人が見つかればいいんですけどね。もう3～4年くらい彼氏がいないんです💧

祐 意外！ モテそうなのに。

咲 追う恋愛が好きなんです。そっちの方が燃えるし♥ よくホレた方が負けっていうけど、私の中ではホレたが勝ち。追うも引くも自分次第だから

M 咲ちゃんって結構Sでしょ？（笑）。で、過去の男はどうやって振り向かせてきたの？

咲 本気で好きになった人にはMですよ（笑）。ホレたら追って追って尽くしまくります♥ もし相手が理想と違っても後悔しないです。そもそも、最初から相手が自分を好きになることを期待してないので。その瞬間の“好き”を全力で出すだけ✧

M 潔い分、引いたときに男の方が淋しがるパターンだ★

祐 でも重いって思われない？

咲 重いと思われてもいいです。LINEを10回無視されても1回返ってくればOK。既読スルーでも送り続けますよ

M メンタル強いな！（笑）。

祐 それだけ尽くせる人が現れたら、次こそ結婚しそうだね♥

お悩み相談

メイクが冒険できない！

「服もメイクも甘め命♪」というポリシーで生きてきた咲ちゃんに、普段と真逆の辛口メイクを提案♥ 新しいかわいいの可能性よ、開けゴマ✧

＼BEFORE／

メイクは昔から甘口派で、ここ数年はだいぶナチュラル寄りに進化★ 外国人風やネコ目メイクも気になるけど、顔が怖くなりそうで不安…

新世界へご案内～♥

未知の顔面との遭遇で

ナデシコがプロデュース★

After.1

ホリ深外国人Face

グランデな深彫りで色気もハーフ度もUP

テールウィッグTL-02カールポニー(TDM)¥2,800／プリシラ

この顔の作り方♥

まぶたのWラインは眉用アイテムで作成
コンシーラーで上まぶたを明るく整えて、眉ペンシルでWライン。アイブローパウダーでぼかしてマットに仕上げる

眉尻をカクッと下げてアリアナ風の困り眉に
ポイントは眉山を強調しないこと！ 眉頭から真横に描いて、眉尻だけをちょこっと下げる★ 長さは気持ち短めで

リップとチークの色を抑えて外国人感を強調！
チークはあえてつけずにシェーディングのみ！ リップはベージュピンク。厚みを出すけど、色みはさりげなく♪

目尻のラインはタレハネ つけまは部分用を上乗せ
ラインは一度目尻を丸く垂らしてからシャープにハネ上げるのがコツ！ つけまはナチュラル系に目尻用を重ねる★

After.2

辛口ハンサムFace

流し目プレイで男を殺すザ・ワイドな目尻盛り★

この顔の作り方♥

上下のシャドーは目尻側の影を濃くする
シャドーはゴールドベージュ系。上下とも目尻側が濃くなるようにグラデを作り、彫りを強調。目の横幅も広く見せる！

真横に伸びた太眉とノーズで目元の彫りを強化
眉の上下を描き足して平行な太眉に。下側に陰影をつけて彫りも演出。ノーズシャドーは眉頭～鼻の中間まで入れる

シェーディングとナナメチークで輪郭をトガらせる
エラ～あごにシェーディングをしっかり入れて、顔の印象を引き締め！ チークはコーラル系をナナメにシュワッと★

目尻のラインはゆるやかに上げる
目の形に沿って長めに引くことでクールな横長目に✧ ナチュラル系つけまに目尻用を重ねて、さらに横幅を拡大♥

＼コーデも冒険！／

「服は甘めシンプル系中心。パンツは最近初めて買った」(咲)。NEWメイクに合わせてコーデも改造！

狙った獲物は逃さないS字ラインの甘い罠★

メイクに合わせてコーデも辛めに★ 咲ちゃんの私物のスキニーにH&Mの透け透けレーストップスをON! クールになり過ぎないようにピンクのブラトップを透けさせて、攻めのエロスを放出✧

咲き誇る大花散らして大胆不敵にイメージ革命

お嬢さん風コーデが多い咲ちゃんだけど、ハデめの花柄も似合いそう♪ ってことでダチュラのワンピをセレクト★ 美脚も際立っていい感じ♥ ワンピース¥6,500／DaTuRa渋谷109店

メス力向上委員会★

ナデシコに寄せられたファンからのお悩みにメス力高めるアドバイスを伝授♥

今回の相談 彼の友達にバカにされるのは私が悪いの？

先日、5月に結婚する彼と喧嘩しました。理由は彼の友達。その人は会うたびに私が傷つくようなことを言ってきます。

ある日つい彼に本音を言ってしまったら、彼は「冗談やイジリで傷つくお前が悪い」って…。

冗談を冗談と思えない私が悪いのでしょうか？

(さくらさん・28歳)

MERIの答え 言葉や態度より行動で意思を伝える方が◎

家族や友人を非難されるのを嫌い、彼女や嫁がイビられても無頓着。それは多くの男の習性。だから彼をひどい男と思い込まずに、さくらさんが男とのつき合い方を変えましょう！

もしひどいことを言われたら、「急用出来たから失礼するね！」とすぐにその場から立ち去るのが一番！（イラ立ちを見せずに堂々とね★）。

反論したり泣いたりすると、男は余計に攻撃的になったりナメてくるので気をつけて！

要は男との距離感を自分の行動で、コントロールするの。「失礼な事をしたら、いなくなる女なんだな！」ってことを、行動で彼や男友達に教えてあげましょうね♥

祐香の答え 先約を入れるかイジられるたびに彼に甘える！

その友達はさくらちゃんと仲良くなりたいのかもね。どうしてもムリなら、その会に行かずに済むよう2人の用事で彼の予定を埋めちゃえば？

その人が彼の大親友でどうしても会わざるをえないなら、イジられるたびに「また○○君がいじわるする－－！」とローラ風に彼に甘えるとか♥

彼は冗談だと思ってるし、頼られてニヤニヤ…という構図で逃げる、というのはどうかな？

旦那候補をGETしよ♥

甘いも辛いも変幻自在で

今月の格言♥

結婚なんていつでもできる！その油断が命取り！

募集♥

あなたもNADESHIKO相談室で自分を変えてみませんか？

NADESHIKO相談室では、一般の読者の方からのお悩み相談にも乗っちゃいます♥ P143の読者モデル応募シートの項目にご記入の上、写真を貼って「NADESHIKO相談室に参加希望」とでっかく書いて編集部までご送付ください★ たくさんのご応募お待ちしてます

この春

「宣誓──！ お姉さんシップにのっとり、新年度早々、新しい自分になることを誓います!!」

Part.2 もう、3日坊主はしません!!

コレやめます!! そして始めます!! 宣言♥

4月になり、新年度がスタートしました✧ あまり新年度とか関わりないお姉さんもいるけど、春は心機一転、新しい自分になりたい季節なんです!! 誰かに言わないとダラけちゃうから、全国のみなさんに声を大にして伝えます♥

EDIT&TEXT_Kumi Matsuno

断捨離して運気上げたい✧

専属モデル（31歳／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

この春 モノを溜め込む性格をやめます!!

今の部屋には使わないモノや服が盛りだくさん。コレ高かったし、かわいいし、そのうち着るかもーって残してある服ばかり💧 いらないモノを捨てるとイイことあるって聞くし、ぜひやってみたい!!

この春 本格的にダイエット始めます!!

子供がいると外に出るヒマもなく、産後の体型は今もそのまま💧 知り合いがビルダーの先生をやってるトリプルファイブに通うことにした♪ 友達がモニターで行って、バッキバキにヤセてた!!

早く日本脱出したいなー★

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
荒木さやか

この春 飲み過ぎるのをやめます!!

お酒をやめるのは仕事的にも性格的にもムリだから、ほどほどにね（笑）。体調悪くてもDJやって盛り上がると飲んじゃうし、エグい二日酔いはもうこりごり!!

この春 サーフィン始めます!!

友達の話を聞いてたら、サーフィンて奥深すぎてすごい素敵だなーって感動✧ できるようになったらオーストラリアのバイロンベイとか行きたい♥ サーファーの街って感じでかわいいんだよ😊

今月とうとう30歳を迎えます✧

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

この春 酔っぱらってオラつくのをやめます!!

お酒弱いからシャンパン2杯ですぐ酔っぱらっちゃう（笑）。仕事の飲みでは断れないから、次第にテンション上がって5〜6杯飲むと暴挙に…💧 軽〜く蹴っちゃったりするよね💧 気をつけます!!

この春 水着撮影のために筋トレ始めます!!

今月末、海外ロケでの水着の撮影があるんだ♪ 楽しみ反面、お腹のぷよ肉を絞るために毎日腹筋30回、足上げ10回！ 寝る前の習慣になってきたから、撮影が終わってもそのまま続けられそう✧

ジムも通って目指せ健康美♥

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
加賀美早紀

この春 エクステつけるのをやめます!!

ジムのプールに行き出したら髪が傷んでエクステがボロボロ（泣）。自毛が予想より伸びてたことに驚き、トリートメントタイムが楽しくなってきた!! サロン専用とケラスターゼでケアしてるよ♥

この春 今まで以上に自炊始めます!!

大きめのプラズマクラスター冷蔵庫を買ったことで、庫内の食材がとっても充実♥ 元々好きだった料理の幅がぐんと広がった😊 最近作ったのはドライカレーやささみチーズカツかな♪

ケータイの大富豪は引き続きハマり中

専属モデル
（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

この春 ご飯のあとにデザート頼むのをやめます!!

外食したら、食後のデザートを頼まない日はないってくらい毎回食べてた♪ ダイエット成功しつつあるし、このまま頼まないでお店を出る習慣をつける！

この春 髪を乾かしてから寝ることを始めます!!

いつも髪がびしゃびしゃに濡れたまま寝るんだけど、自毛は伸びないしエクステは傷むし風邪引くし💧 枕にタオル敷いてもムダだよね（笑）。ちゃんとドライヤーで髪を乾かすようになった♪

歯が白いと気分もイイ♥

専属モデル（31歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

この春 お菓子のダラダラ食いをやめます!!

お菓子は旦那が職場からもらってくることが多いの💧 個包装だと1コだけならって、ついつい家事をしながら食べすぎちゃうことがしょっちゅう!! 子供が見てることも考えて、もうしません…💧

この春 歯のホワイトニングを始めます!!

濃いピンクのリップを塗ると歯が黄ばんで見えるのが気になって💧 ここ5年くらいずっとやりたかったんです♥ 友達がオススメしてくれた東京のクリニックで自然な白さにしてもらったよ😊

体の内外から肌を蘇らせる！

ライター＆TOKYO NADESHIKO ブロガー（35歳／東京都）
既婚・子供なし
水野祐香さん

この春 プチプラばかりのスキンケアやめます!!

寝てる間の浸透を狙って、夜はリッチに、朝はプチプラと使い分け★ タカミのイオレーゼ APSソリューションは鮮度とビタミンCの濃度にこだわりがあって、肌のコンディションを底上げしてくれるらしい✧

この春 ココナッツオイル美容を始めます!!

全米で売り上げ1位のDr.ブロナーのヴァージンココナッツオイルはココナッツの風味が強すぎないから、ミルクティーに入れたりパンに塗ったり♥ 乾燥する日は入浴後に体や顔に塗ってるよ★

気になるのは健康のこと！

主婦＆TOKYO NADESHIKO ブロガー（35歳／東京都）
既婚・子供なし
MERIさん

この春 家飲みのビールをやめます!!

35歳になると周りで病気になる人が増えてきて、自分も他人事じゃないって一大決心！ ビール大好きで毎日2缶は飲んでたけど、プリン体多いって聞くし、健康のことを考えて泣く泣く断念…💧

この春 家飲みの角ハイを始めます!!

健康を気にして、晩酌をビールから角ハイにチェンジ♪ 炭酸水で割ればカロリーゼロだし、自分で濃さを調節できるからオススメ😊 コレを機に、プリン体と手を切ろうって決めました!!

そのうち加圧も始めたい♪

Vivianカラコンアドバイザー
(31歳／東京都)
独身・子供なし
美咲さん

この春 パウダーファンデをやめます!!

マット肌よりツヤ肌が気分な今年の春は、厚塗りだとオバサンっぽくて重たい印象◊ アクア オーラのクッションファンデのあとにお粉をはたくだけにした！ 韓国コスメだよ😊

この春 ホットヨガを始めます!!

東京に来てしばらくやってないし、最近家の近所に新しくスタジオができたから通ってるよ😊 新陳代謝が上がって乾燥しなくなったし、ひどかった肩コリも解消できてる✧。

時間に余裕を持った行動も始めます！

イベントコンパニオン
(30歳／東京都)
独身・子供なし
奥山絵里奈さん

この春 とめどない暴飲暴食をやめます!!

旅行や仕事でどこか行くと、いつも胃が苦しくなるまで食べちゃう◊ 吐きそうになるし、苦しくて動けないし、せっかくおいしく食べてるのにコレじゃイイことないよね★

この春 タロット占いの習い事を始めます!!

何も特技がないので習い始めたよ♪ 元々占いが好きで、困ったときにやることもあって。写真は今気になってる人との相性を占った結果、相手の気持ちが白紙◊ なんだコレ(泣)。

この春 週3のカレーうどんをやめます!!

古奈屋のカレーうどんの素が超美味しくて、無性にハマった。家でも外出先でも食べるから基本は週2〜3日、ひどいときは3日連続♥ 確実に太ったので普通のうどんを注文します！

この春 息子への学資保険を始めます!!

旦那はあれば使っちゃうし、私はどんぶり勘定でお互い貯金できないタイプ◊ もちろん息子のためだけど、家族の貯金箱としても下ろせないように満期を息子の20歳に設定した♥

ハマりすぎて古奈屋本店へ♪

歯科医療事務育休中
(31歳／東京都)
既婚・息子1人
古橋綾香さん

この春 盛るためのカラコンをやめます!!

徐々に直径が小さいカラコンにしたり、ワンデーの控えめなデザインを使ったりしてたけど、ついにカラコン卒業!! メイク変えてないのに化粧薄くなったねって評判イイ✧。

この春 ジムで体鍛え始めます!!

年齢的にたるみが気になってきた◊ 体を程良く引き締めたくて、本格的にジム通いをスタート！ 今まではすぐ挫折してお金払ってばかりだったけど、今回は本気です✧。

見た目も肉体も改造スタート！

家事手伝い
(35歳／東京都)
独身・子供なし
ららさん

今度ティラピスの体験受けます♪

北新地バニラ勤務&アパレル会社社長
(28歳／大阪府)独身・子供なし
まなかさん

この春 ネットでの浪費をやめます!!

ネットショッピングって手軽すぎていくら使ったか忘れちゃう！ 貯金がニガテやから自分のお給料も貯める分と使う分に分けてないし、会社経営者としてコレじゃダメ！

この春 ケータイゲームをやり始めます!!

人生で初めてゲームにハマった♥ 「ぼくのボッタクリBAR」は借金背負いながらBAR経営するんだけど、バニラで待機中やっててドンペリ入りしました！とかギャグやし(笑)！

子供に合わせて睡眠時間を確保

WEBデザイナー
(29歳／東京都)
バツイチ既婚・息子1人
立石なみさん

この春 24時過ぎに寝ることをやめます!!

今日は8時間寝ようって思っても、息子を寝かしつけたあとにこまごま動いてたらすぐ深夜…◊ 息子に合わせて毎朝7時に起きるから、これからは日付変わる前に寝ます!!

この春 オリジナル雑穀米を始めます!!

旦那さんの健康を考えて白米7:麦2:キヌア1の割合。十六穀米だと食べないから、少ない雑穀で栄養豊富な割合がポイント😊 ミネラルやビタミンたっぷり摂れるし結構おいしい♥

この春 眉なしスッピンをやめます!!

アートメイクをまゆとアイラインに入れました♪ 極力、スッピンを人に見せるのを避けてたけど最近忙しいのでもうメイクにかける時間がない◊ コレを機にラクになった😊

この春 口元専門の美容クリニックを始めます!!

木下優樹菜や優木まおみの自宅の内装を手がけた天木樹里さんに、内装をお願いする予定です😊 今はまだ途中だけど、プロジェクターで映像流せるようにして完成が楽しみ！

開業に勉強、仕事と多忙を極めてます

歯科医師(33歳／東京都)
独身・子供なし
木村美和子先生

この春 ストイックなヨガをやめます!!

インストラクターと自分の時間とでヨガやり過ぎて、体が太くなってきた◊ 週1くらいの程良いペースに変更したよ😊 気分が落ち着いてやり過ぎないから夜やることが多い♪

この春 スピードラーニングを始めます!!

今年こそやろうって思いながら5年経過◊ 英会話できると視野が広がって仕事も増えるだろうし、旅行も楽しそう😊 まずはスピードラーニングの注文からスタート！

将来の仕事拡大に向けて奮闘中

ヨガインストラクター
(29歳／東京都)
独身・子供なし
真優川 咲さん

茶髪の自分が逆に新鮮♥

広島の看護学生
(29歳／広島県)
独身・子供なし
青木りえさん

この春 夜中のムダな間食をやめます!!

ホテルや新幹線にいるとき、起きてるとチョコとか甘いモノに目がいっちゃう★ 特に新幹線はヤバい!! やることないし、車内販売来るからつい買って食べちゃうんだよね◊

この春 髪を明るくして茶パツを始めます!!

学校で浮くからしばらく黒髪だったけど、黒髪って年齢的にクマとかシミとか余計目立つ色らしい◊ 確かに、髪が明るいほうが若々しく見えるし、いろいろごまかせてるかも♥

外食は誘われたときだけ!!

主婦(29歳／東京都)
既婚・娘1人・息子1人
谷 和香さん

この春 迷ってたロングをやめます!!

ずっと迷ってたけど、4月になったしバッサリ切ろうかな♪ シャンプーしてもパサつきがすごいし、元々毛量が多いからボワボワ◊ 今後はRIKACOっぽい髪型もしてみたいな♥

この春 節約生活を始めます!!

子供たちに「お腹すいた」って言われるたびに作ってたら、せっかく買い出ししても1週間もたないってことがひんぱんに◊ 追加で買い込まず、あるもので作ることにしたよ♪

この春 機械音痴とあきらめるのをやめます!!

パソコン触ったことないから、仕事で何か頼まれてもちんぷんかんぷん★ ワンクリックとダブルクリックの違いも分からなくて、教えてもらったけど今も説明は微妙◊

この春 美容のために白湯を飲み始めます!!

桐谷美玲やベッキーが好き✧。 ブログを見てたらふたりとも飲み物は白湯しか飲まないらしく、細い体になりたくて私もマネっこ😊 胃に優しくて、体が温まるからオススメ！

東京生活も始めます✧。

美容ブロガー
(29歳／大阪府)
独身・子供なし
久保七瀬さん

この春 寝る前のゴディバをやめます!!

コンビニでGODIVAのチョコクッキー発見✧。お菓子にそんな興味ないけどイチゴ味が絶品すぎていつも3箱まとめ買い♥ 期間限定だから自然とやめられたけど、ちょっと寂しい◊

この春 顔のホクロ除去手術を始めます!!

結婚式のために顔の気になるホクロを全部取りたいんだ😊 炭酸ガスや電気メスで取るのが主流だけど、レーザー除去やってるサロンを見つけて通い始めた♥ 少し薄くなった✧。

チップスターもハマり気味★

美容室経営&pink tinyアクセサリーデザイナー(27歳／東京都)
既婚・子供なし
大城あいさん

*効果に関しては高須クリニックのデータになり、個人差があります。価格についても高須クリニックでの目安となります。

Part.3 二の腕やハミ肉を一発撃退♥

魅せるボディ計画、始めるなら今でしょ！

高須クリニック
高須幹弥先生が詳しく解説!!

脂肪吸引と脂肪溶解注射を徹底比較♥

夏に向けて露出が増える季節、憎き脂肪を落とせる2つの施術をご紹介！　ざっくり分けるとウエストや二の腕などの部分痩せには溶解注射、大幅減量には吸引が向いています★　目的に合わせて選んでください。

EDIT & TEXT_Shioka Soga

ウエストやお尻など落としたい部分を集中的に狙い撃ち！

脂肪溶解注射
〔イタリアン・メソシェイプ〕

¥30,000～
(両ホホ1回・アゴ下～輪郭は1回¥60,000)

周りにも気づかれず、1～2カ月かけてこっそりサイズダウンすることが可能！　繊細なボディラインを描くのにぴったりな脂肪溶解注射。1クール6回の注射を2週間おきに1回行うことで、脂肪細胞の数を減少させ、半永久的な痩身効果を持続させることができます。脂肪吸引ほどではないけれど、腫れや痛みは1週間ほど続くので要注意。結婚式や写真撮影などイベント前なら、余裕を持って2週間以上はあけた方がベターです。

After ← Before

After ← Before

After ← Before

こんな人に向いています

①周りに気づかれないよう少しずつサイズダウンしたい方

②体にあまり負担をかけたくない方

③セルライトの凸凹をなくしたい方

脂肪吸引&脂肪溶解注射が可能なパーツ

FRONT: 頬 / あご / 二の腕 / 側腹部 / 下腹部 / 太もも(内) / 太もも(前) / ひざ周り

BACK: 背中(上) / 二の腕(後) / 背中(下) / ウエスト / でん部(お尻) / 太もも(外) / 太もも(後) / ふくらはぎ

自分の脂肪を再生医療でバストやお尻に再利用できます！

顔には腫れの少ない小顔専用のメソシェイプ・フェイスがオススメ！

大きいお尻や腰回りのお肉を即効でスリムにしたい！

脂肪吸引
〔スムースライポサクション法〕

¥200,000～
(脂肪吸引は取る脂肪の量によって料金が異なります。詳しくは診察時にご確認下さい)

たっぷりついた脂肪をごっそり取りたい方におすすめ。カニューレという3mm程度の細い管を挿入して皮下脂肪を吸引するため、広範囲の施術が可能です。ただ身体に負担もかかるので、アフターケアもかなり重要。施術後、麻酔が切れると筋肉痛のような痛みが発生(痛みが強い場合は鎮痛剤を使用)。一般的に1～2週間の内出血が見られるため、1～3カ月間はガードルなどで固定して腫れを防止、身体の回復を促します。

After ← Before

After ← Before

こんな人に向いています

①一度に多くの脂肪を取り除きたい方

②リバウンドしたくない方

③脂肪注入豊胸を希望される方

2つの施術を徹底比較！

	脂肪溶解注射(イタリアン・メソシェイプ)	脂肪吸引(スムースライポサクション法)
施術時間	1回約5分	30～60分程度
一度に可能な範囲	どれだけでも可	広範囲 例:腹部全体+背中全体
麻酔方法	クリーム麻酔	局部もしくは全身麻酔
効果を実感できるまでの期間	注射開始後 1～2ヵ月	施術当日～1週間
施術後の通院	1～6回(1クール 6回)	1回
施術後の腫れ	数日間軽い腫れ	1～2週間(個人差あり)
	顔の施術の場合、約1週間おたふく風邪程度に腫れます	
施術後の痛み	数日間　軽い痛み	1～2週間　軽い痛み

ワキやビキニラインに！進化した脱毛機器♥

痛くない、日焼けしててもOK♪ 4カ月後の夏にまだ間に合う！

2種類のレーザーを照射することで、今まで1年ほど必要だった脱毛期間が約4カ月に短縮！　さらに強力な冷却装置の搭載で、皮膚に優しく痛みも激減。黒色に反応しないので日焼けした方でも対応できる、『メディオスターNeXT』に注目！

教えて！幹弥先生！

ダンサー Angelさん(33歳／東京都) 独身・息子1人

Q 脂肪吸引は内出血がすごいイメージがあります…

A 取る脂肪量や先生の経験値で異なります。不安な方は担当医の指名も可能ですよ！

吸引術後は程度の差はあれ、内出血が起こります。脂肪の量が多いほど強く起こりますが、医師の技術によるところもあるので、より多くの症例数を経験した医師の方が軽くなると思われます。カウンセリングで尋ねてみては。

幹弥先生の最近の美容整形News

鼻専用長期持続型ヒアルロン酸注射「シャープラインノーズ」に注目が集まっています。こちらは従来のヒアルロン酸注射より、弾力も持ちもパワーアップ！　横に流れてアバターのような鼻になってしまう心配はご無用。広がりにくく、太い鼻になりません。自然な細い鼻筋を5～7年ほど持続できるんです。さらにアゴには顎専用長期持続型ヒアルロン酸注射「シャープラインジョウ」が登場！　鼻を高く、アゴをシャープにすることで顔全体の雰囲気はガラリと変わります。ぜひ一度試してみてください！

お話を伺ったのは…

高須幹弥先生

高須クリニック名古屋院院長。美肌治療、プチ整形、目鼻、若返り、豊胸手術、脂肪吸引、エラ、アゴ、頬骨削りなど、オールマイティに美容外科全般の治療を担当♥

産むのも人生　産まないのも人生

出産後クラブ

新米ママ&プレママ必読です♥

Part.4 産んだらボロボロはイヤ！

子育ての悩みって尽きないよね★

けいこ部長

前回好評につき延長戦!!

第18回 新米ママ・なみのお悩み解決して下さい♥

EDIT&TEXT_Kumi Matsuno

前号の「おもいっきりmamaトーク★」内で新米ママ・なみちゃんの悩みをみんなで解決するコーナーが大人気✧ 当のなみちゃんはママ歴5カ月になった今も不安はたくさん！ 新生児の頃とは違う悩みが登場したので、参考にしてみて♥

相談者

現在ママ歴5カ月♥

立石なみさん、ゆっくん
（29歳／東京都）
バツイチ既婚・息子1人
WEBデザイナー

一昨日、息子が初めて寝返り！ でもまだ1回きりで、横向きになってもじもじ（笑）。育児にもだいぶ慣れ、ラクになってきました♥

答えてくれた先輩ママ♥

けいこ
4歳の男のコ、2歳半と1歳の女のコのママ♥ 子育ての悩みはたいてい解決してくれる😊

早川沙世
もうすぐ8カ月の息子を持つ働きママ♥ なみは神経質になりすぎてる！とのこと😊

Angelさん
2歳の男のコを持つポジティブママ😊 海外生活の影響か、子育てはとってもおおらか♥

谷 和香さん
4歳の女のコと1歳の男のコのママ。1人目は敏感だった子育ても2人目は心に余裕が♥

子育て編 Q1 哺乳瓶やおもちゃの消毒、いつまでするべき？

1歳くらいまでは必要って聞くけど、じゃあ1歳になったし明日からやめるってことじゃないし…。消毒しなくなるタイミングとか、きっかけはあった？

けいこ　月齢よりも時期を気にして消毒してた！
あんまり敏感じゃなくて、消毒液は使わずに熱湯消毒してました♥ かけるだけでラクだし😊 終わらせた時期は覚えてないけど、食中毒が気になる6～8月は離乳食で使うスプーンもきっちり消毒！

沙世　離乳食が完全に終わるまでは続けるよ！
ゆっくんに抵抗力がない今はなみも不安だと思うし、そのまま続けたほうがイイと思うよ😊 離乳食が終わる頃なら、子供にも抵抗力ついてると思うから、沙世はそのあたりで見極めるかな✧

和香　上のコのときは1歳くらいまで消毒してた
1歳くらいになると大人と同じ食べ物を口にするようになるし、乳児から子供に成長して人間らしくなったから大丈夫かなって♪ でも2人目は気にしてなくて、おもちゃは消毒すらしてない（笑）。

Angel　産まれて半年くらいは続けてたよ♪
4月に産まれたから、夏場はまだ小さいし最初の半年くらいは熱湯消毒してた😊 私もそこまで子育てに神経質じゃないから、それ以降は洗ったものをそのまま使ってた♥ 息子も体調崩さず全然平気！

子育て編 Q2 外出先で離乳食あげる場合、電子レンジがなかったらどうする？

周りの友達がジャーポットにうどんやスープを入れて持ち歩いたら？って教えてくれたけど、みんなはどうしてる？ 離乳食はこれからだけど、教えて！

けいこ　ご飯屋さんに頼むかお湯をかけてたよ！
飲食店だと湯煎にかけてもらえる可能性があるからよくお願いしてた😊 もしくはミルク用のお湯を少しかけて作ったよ。歯がなくても食べられるバナナは腹持ちもイイからオススメ！

和香　市販の離乳食をあげてたよ
電子レンジ不要の離乳食が売ってるから、お出かけのときはそれを持ち歩いて食べさせてたよ♪

沙世　温めないで食べさせてる
周りのコもそのままあげてた。作って4～5時間経ってるのを夏場にあげるのはよくないけど💧

子育て編 Q3 育児疲れしたとき、どうやって気分転換してますか？

旦那さんがお休みの日に午前中だけ見てもらって岩盤浴や美容院に行くけど、子供が心配ですぐ帰るし結局あんまりリラックスできてない💧

Angel　子供を預けてスパに行くよ✧
抱っこばかりで肩こりがひどいから、2時間くらいスパのマッサージでほぐしてもらうよ♥

沙世　買い物や外食で気分転換！
子供を預けてママ友や友達とお出かけするけど、本当は気が済むまで寝ていたい💧

けいこ　自分だけの自由時間を作る
子供が寝たあとにドラマ見たりコーヒーを飲んだり、ホッとできる時間を作って満喫♥

子育て編 Q4 児童館って利用してますか？

子供が周りのコから風邪をもらって以来、利用しなくなっちゃった友達がいて★ 連れて行く人はよく行くし、利用してみたいけどみんなはどうしてる？

けいこ　2人目を産んでから週1ペースで利用中
下のコの状況お構いなしに上のコは遊びたがる💧 最初は勇気なかったけど、遊ぶ場所が安全だし情報交換もできるからよく行く♪

沙世　マンションの遊びスペースに行くよ😊
児童館は利用してないけど、マンションに子供が遊べるスペースや託児所があるから、よく行ってるよ😊 知り合いもいるし楽しい♪

和香　上のコが4カ月のときから利用中
乳幼児クラブに週1で通って今でも利用してるよ。光と同級生のお友達は今でも仲良し★ 児童館じゃなくても風邪はもらうと思う！

Angel　キッズカフェに友達とよく行くよ！
お台場の「ママトコ」がオススメ♥ プレイルームに保育スタッフがいるから少し目を離しても安心♪ ゆっくり食事ができるのも◎。

子づくり編 Q1 産後、旦那の言動が目につくように。気持ちの変化はありました？

旦那のことは信頼してるし関係も安定してるけど、ワガママやだらしないことされると、父親としてどうなの？って思うことが増えてきました★

和香　本当に詰まったときはじっくり話し合い！
旦那は何でもやりっぱなしだし、こっちは育児で大変なのにって度々ケンカ★ 言いたいこと言い合ったら理解度が深まったよ♥

けいこ　イライラはホルモンバランスの崩れ！
私も「何で靴下そこに置くん？」ってケンカしたけど疲れるだけ💧 旦那を1番手のかかる子供と思ったらラクになったよ♥ 子供が寝たあとに2人の時間を作るのも仲良しのヒケツ😊

子づくり編 Q2 2人目以降は計画的？ どうしてその年の差にしたの??

理想は早くて2年、もしくは4年以降♥ でも産婦人科の先生に2年以内や年子は上のコの情緒や母体を休めるためにも避けたほうがイイって言われて…。

和香　4歳差はお金や育児の面でもオススメらしい
子供は1人で十分って思ってたから2人目は自然に。3歳差は中・高でのお金の心配もあるけど、上のコが面倒見てくれるメリットも♪

けいこ　2人目も3人目も自然に授かった♥
1回妊娠したら2人目もできやすい体みたいで自然に♥ 計画してなかったけど、年子は一気に子育てできるし今は良かったと思ってる♪

お金編 Q1 学資保険って何を選べばいいのか分からない！ 教育資金ってどうしてる??

満期を高校卒業に設定したいけど、小・中学校のときに必要があれば下ろせたほうがいいし…。国からの手当を貯めてそれを使う人もいるみたい★

沙世　ちょうどこの話題で家族会議
妊娠中からお母さんに入れって言われてて、うちもそろそろかなと♥ 子供のことを考えると貯金みたいなものだしね！

和香　保険に入らず貯金してるよ
学資保険に入りたいけど、旦那が保険嫌いでなかなか入ってくれない💧 貯金しとけばいいやん、今度入るの繰り返し💧

けいこ　万が一のことを考えて検討中
貯金してれば入らなくてもいいかな？って考えだけど、同じ貯めるなら保障が手厚いほうがイイ😊 子供手当は貯金してる♪

あのとき “成功”が“努力”より先に来るのは辞書の中だけ!!

Part.5 まぶしすぎる！青春グラフィティ♥

スポーツがんばった大賞♥

今までほとんど語ることのなかった、若い頃のスポーツ歴♥　甘酸っぱくてくすぐったいようなあの頃の、1番思い出に残ってることをプレイバック★　汗と涙は流した分だけ人を豊かにするのです

EDIT&TEXT_Kumi Matsuno

高校時代

ルーズ履いてスカート短くして…コギャルしながら部活してた♥

デカ目メイクや巻き髪、部活に恋愛と全力投球!! しかも写ルンです全盛期だったから、写真撮ったら2枚ずつ現像して友達にあげてたのも今となっては懐かしい思い出♥　ポスカ持ち歩いてたよね♪

ダンス部♥

この頃ダンスは走りの時代です

夏の時期だけチアガール！高校野球も応援してた♪

ダンスが流行りだした頃だったからか、ガールズヒップホップなのに動きはなぜかロック系 夏はチアガールに変わるのだけど、みんなダンスうまくないしチアのほうがやる気あった

イベントコンパニオン（30歳／東京都）
独身・子供なし
奥山絵里奈さん

ちなみに陸上部は2日で辞めた

スタイルはgirl's Hip Hop★毎年、文化祭で発表したよ！

チーム名は「GRAND 10」♥ 由来は忘れたけどメンバー10人で、みんなすごいってアピールしたかったんだと思う（笑）。全身白の衣装で文化祭出たり、ダンス教室通ったり3年間充実

専属モデル（29歳／東京都）
独身・子供なし
杉山佳那恵

水泳部♥

厚化粧に巻き髪でプールに行くからよく怒られてた！

メイク落とせ！って先生にしょっちゅう怒られてた　部活終わってもまたメイクして髪巻くからめんどくさくて、半年くらいで辞めちゃった★　ギャルになりたてで男子に嫌われてた

ギャルになりたてで男子に嫌われる

歯科医療事務育休中（31歳／東京都）
既婚・息子1人
古橋綾香さん

チアリーディング部♥

野球部の好きな人目当てに高3の夏に入部♥

最初は帰宅部になりたくて卓球部員。一応練習行くけどしゃべって帰るみたいな（笑）。そのうち辞めちゃって、野球部の好きな人を応援したくてチア部♥ 元カレも野球部でやや複雑！

ライター＆TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）
既婚・子供なし
水野祐香さん

ひっちゃかめっちゃかな時代♥

気持ちは盛りと恋愛中心のお年頃 毎日楽しかった♥

野球部♥のマネ♥

運動がニガテだったから友達とふたりでマネージャー

県が高校野球に力を入れて試合の中継をよくやってて、1回だけインタビューを受けた思い出が★　炎天下に毎日グラウンドにいたから、日焼けして真っ黒!! ポーズに時代を感じる

当時地元のTVに出演した♥

主婦＆TOKYO NADESHIKOブロガー（35歳／東京都）
既婚・子供なし
MERIさん

大人になった今、お互いの子供や家族と遊ぶ楽しさも♪

運動部じゃないしすぐ辞めたけど 私もがんばった!!

運動が超ニガテなお姉さんも、当時は部活やクラブに入っていろいろ活動してました♥

りえは バレー部♥のちに帰宅部♥

私立の女子高だから先パイが超厳しい!! 理由もなくニラんできてうざかった　一応入ったけど3カ月くらいでソッコー辞めた♥

広島の看護学生（29歳／広島県）
独身・子供なし
青木りえさん

なみも 吹奏楽部♥

大変だったのは夏に県の運動場で行うマーチングフェスティバル★ ホルン吹きながら決まった角度にあげるのに、二の腕プルプル…

WEBデザイナー（29歳／東京都）
バツイチ既婚・息子1人
立石なみさん

けいこは 吹奏楽部♥

入部した頃は先パイが厳しかったけど、それ以降はお菓子食べてまったり　サックス担当なので練習での腹筋100回はキツかった

専属モデル（31歳／滋賀県）
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

莉菜は 一輪車クラブ♥

クラブ内で1番うまかったから部長に任命されたけど、責任感とか嫌い。部活は楽しかったけど、役職がイヤだった

専属モデル（31歳／東京都）
独身・子供なし
桜井莉菜

中学校時代

部活のあとにみんなで買い食い♪
憧れの先パイが登場✧

女子同士で派閥ができたり、男子と仲良くしたいのにきっかけがなかったり★ 3年の先パイが大人っぽくて影でキャッキャ言ってるのが楽しかった!!

剣道部♥

北海道出身なのでスキーも得意😊

面の練習が痛すぎる(泣)!! 転校できてラッキー♥

よく前髪ポンパをしてたから、面を打ち合う練習がものすごく苦痛！ なんでこんなに痛い思いしなきゃならないのって(泣)。中2の頃に転校で辞められたのは超ラッキーだった♥

家事手伝い（35歳／東京都）
独身・子供なし
ららさん

陸上部♥

短距離よりも中・長距離派😊

中2のときに顧問が異動！人数が少なくて廃部に💧

友達と入って長距離でがんばってたけど、顧問の先生が転勤になっちゃって後任もいない状態💧 すぐ廃部になっちゃった。練習ではもも上げとかやってたよ♪ それ以降は帰宅部♥

Vivianカラコンアドバイザー
（31歳／東京都）独身・子供なし
美咲さん

女子テニス部♥

スコートがかわいくって入部を決めました😊

ユニフォームがかわいいから入ったものの、テニス部って練習キツいし、上下関係や礼儀も結構厳しい💧 最初の頃は先パイが厳しかった!! 夏休みも毎日練習で暑いし焼けるし、大変★

当時は日焼けで真っ黒でした★

美容ブロガー（28歳／大阪府）
独身・子供なし
久保七瀬さん

私も テニス部♥

私もスコートに憧れてテニス部に入部✧ でも先パイが怖くて練習もキツいし大変だった思い出しかないなー（泣）。

バレー部♥

楽しくやりたいグループvs本気出したいグループ!!

3年間コーチがいなくてチームも弱かった。先生がいないのをいいことにゆるくやりたい派と、真剣に火花散らしたい派で火花散ってた★ もっとまとまってよ！って本気ゆるい派閥に言ってた（笑）。

負けず嫌いなので本気グループ♥

北新地バニラ勤務＆アパレル会社社長
（28歳／大阪府）
独身・子供なし
まなかさん

ポカリ1日2リットル★
飲んだ分だけ汗で出るけど
命のお水は欠かせない！

小学校時代

クラスや友達以外のコミュニティに
少なからず戸惑いを覚える★

友達からチームメイトに変わる瞬間や、目標達成することの大事さを学んだ時代✧ 仲良しの友達がいるから入ったって理由も多かったよ！

バスケットボールクラブ♥

中学生以降は帰宅部♥

男バスにかっこいい男子発見 練習よりも恋愛中心😊

エースでチームの中で1番かっこよくて、男女みんなから人気の男のコ♥ そのコと仲良くなって、もちろんつき合った！ プラトニックな関係だけど、楽しくて仕方なかった♥

ヨガインストラクター（29歳／東京都）
独身・子供なし
真優川 咲さん

補欠の番号を伝説にした女✧

本来11番は補欠の番号だけどセンターで副キャプテン✧

11番は幽霊部員だったお姉ちゃんのお下がりのユニフォーム💧 普通、補欠番号のセンターでスタメンってありえないから尊敬されて背番号とともに伝説に✧ ユニフォームは後輩にあげたよ。

北新地バニラ勤務＆アパレル会社社長
（28歳／大阪府）独身・子供なし
まなかさん

スイミングスクール♥

小学校6年間通い、大会で銀メダルもらいました♥

1回だけど大会で銀メダルもらえたのは嬉しかった💧 先生は優しかったし泳ぐの好きだから楽しかったけど、得意の平泳ぎ中に後ろから足引っぱられ人生で初のいじめを経験！

息継ぎナシで泳ぐのが得意です♪

美容室経営＆pink♡tiny
アクセサリーデザイナー
（27歳／東京都）既婚・子供なし
大城あいさん

剣道クラブ♥

地域の同好会にも入ってて警察官と一緒に練習！

小5で始めて中学入ったら稽古やトレーニングがよりハードに。大人と練習するって本当に地獄💧 段取ったら辞める！って決めて、中3で審査に合格したときは嬉しかった♥

実は剣道初段の有段者です✧

専属モデル（30歳／東京都）
独身・子供なし
加賀美早紀

ソフトボールクラブ♥

めっちゃ弱いチームなのに最後の大会で優勝!!

勝ったことないのに最後に奇跡が✧ もうみんな嬉しくてボロ泣き!! 中学でも続けたけどあんまり練習に行かなかったから監督に「背番号返せ！」ってよく言われてた（笑）。

ポジションは花形のピッチャー♪

主婦（29歳／東京都）
既婚・娘1人・息子1人
谷 和香さん

みなさん全員に
がんばった大賞を
授与します!!

幼少時代

感覚が敏感な時期だからこそ
習い事で体が決まる✧

ほとんど記憶がない頃だけに、親に勧められてやるパターンが多い幼少期😊 でも習い事のおかげで親以外の大人と触れ合って、お友達と仲良くできた♪

クラシックバレエ♥

花束やぬいぐるみがモチベアップ✧

内股で姿勢が悪かったから、通わされてた★ ほぼ記憶ないけど、発表会のあとに花束や大きなぬいぐるみをもらえるのが嬉しかった！

専属モデル
（31歳／東京都）
独身・息子1人
早川沙世

女性らしい動きが備わった♥

柔軟はキツいけど体幹が整って姿勢もよくなるし、仕草も女性らしくなる♪ 柔道やってた妹とは動きが全然違うって親に褒められた♥

イベントコンパニオン
（30歳／東京都）
独身・子供なし
奥山絵里奈さん

Part.6 友達100人できるかな？

恋人探しもいいけれど、一生つき合えるのは最高の女友達！

大人になってからの友達の作り方♥

「タイミングが合わない」「話が合わなくなった」「みんな結婚しちゃった…」などなど、環境が変われば友達との関わり方が変わるのは仕方のない話。過去の友達を大事にしつつ、いまの自分に合った新しい友達を増やしてみませんか？

EDIT&TEXT_Hironko-A

なかなか新しい友達ができない お姉さんたちのお悩みとは？

心細さや不安が先立つ人が多い模様。みんな大丈夫、人間は怖くないよ

その1 出会いがない

仕事人間によくある「家と職場の往復で1日が終わる」（美穂さん）のほか、「誰も誘う人がいないから出歩かない」（ナツさん）という悪循環なケースも。

その2 人と話すのが苦手

人見知りに多いのが「何を話せばいいのやら」（真由さん）、「話が続かない」（優奈さん）など。「知らない人と話すのがイヤ」（黒さん）という極端な例も。

その3 "知り合い"以上になれない

積極的な人でも悩むのが「会えば普通に話す。でも深い話はできない」（希さん）、「もう一歩踏み込んだ仲になりたいけど、勇気がない」（ヒナさん）など。

男は一瞬！友情は永遠…って言うけど 実は友達って彼氏を作るよりも難しい!?

明確な"好き"じゃなく気づいたら深まってるのが友情。「理由がないからこそ難しい」との声も。

理由❶ 友達は口説いてくれない

色恋目的の男はぐいぐい押してくるけど友達は別。待つだけじゃなくお互いの歩み寄りが必要。

理由❷ 片思いじゃ成立しない

友情の片思い＝知り合い止まりと同然。相手が悪いとパシリや引きたて役にされる恐れも…

理由❸ 甘えが通用しない

男友達はともかく女同士の目線はシビア。ある程度の協調性と思いやり、自立心がマスト★

姉モデル15人の 私とあのコが仲良くなった理由♥

出会いも場所も理由も十人十色♪ 新しい友達探しの参考にどうぞ

❶名前・呼び名
❷友達歴
❸出会った場所
❹仲良くなったきっかけ
❺相手の好きなところ

Manaka & Miki

北新地バニラ勤務＆アパレル会社社長（28歳／大阪府）独身・子供なし
まなかさん

①みき②9年③豊中駅④幼なじみの紹介でみきと遊んだこと。最初は緊張したけどすぐ意気投合⑤不器用な私を理解してくれるし、私のことでも思いきり泣いたり笑ったりしてくれる♥

Rie & Rei

広島の看護学生（29歳／広島県）独身・子供なし
青木りえさん

①れいちゃん②8年③ロイヤルホスト④共通の男友達が「気が合うと思う」って連れて来たんだけど、本当に気が合った！⑤思いやりがあって料理がめっちゃ上手 私も教えてもらってる

Keiko & Kaori

おソロのバッグがきっかけでママ友になりました♥

専属モデル（31歳／滋賀県）既婚・息子1人・娘2人
けいこ

①かおりちゃん②約1年③子供の保育園♥④同じバッグを持ってて、かおりちゃんが「それ持ってる♥」と話しかけてくれた！⑤センスがいい 一緒にいて楽だし、お姉さん的な感じで何でも話せる

Minako & Yuka

イベントMC＆ヨガインストラクター（28歳／東京都）独身・子供なし
牧内美奈子さん

①由佳ちゃん②3年③ネイルサロン・キャロ④飛び込みで入店した私の担当をしてくれたこと。施術中に悩みを聞いてもらったり飲みに行くうちに大親友に♥⑤裏表がない、尊敬できる★

Nana & Kana

名古屋まつげ専門店グランデアイズ代表（32歳／愛知県）独身・子供なし
伊吹奈々さん

①かなちゃん②5年③母の働いてる病院の受付④病院に行くたび会ってた。そのうち私のサロンに親子で来てくれるようになり、飲みに行く仲に。⑤テンション高くて元気でサバサバした性格♥

Kanae & Rina

専属モデル（29歳／東京都）独身・子供なし
杉山佳那恵

専属モデル（31歳／東京都）独身・子供なし
桜井莉菜

①㊎りなちゃん／㊒かなちゃん②8年③クラブ④当時の莉菜の彼氏とかなが友達で、かなの彼氏と莉菜が友達だった⑤㊎サバサバした性格。一緒にいすぎて最近性格が似てきた（笑）／㊒キライなところがない（笑）。

Yu-ki & Erika & Chiharu

（株）BATIS勤務（26歳／広島県）独身・子供なし
矢野ユウキさん

①（右）チハル（左）エリカ②6年③前の職場④人見知りな私に2人が話しかけてくれた♥⑤人として尊敬できる戦友。別々の道に進んだ今でも一緒にお酒飲んでおバカしてくれるとこも好き

Mika & Haruna

レーサー（28歳／東京都）独身・子供なし
神子島みかさん

①はるなちゃん②5年③サーキット④とあるレースの日、近藤真彦さんファンのお母様に同行していた彼女があたしに声をかけてくれた♥⑤AB型の毒舌仲間 お互い猫好き猛禽類好き★

一緒にいると振り回される可能性大！

厄介な人を見分けるポイント

側にいて心がモヤッとしたらご用心。悪縁は手早くリリースしよう。

①グチばかり話す
親密なコからたまに聞くならいいけど、関係が浅いうちからグチ祭りなコは要注意。あなたのこともグチってるかも…💧

②人を見下す発言が多い
マウンティング女の確率高し。うっかりライバル視されると攻撃してくる可能性も💧 友情の賞味期限は短いでしょう。

③ウソをつく&口が軽い
平穏な人間関係をひっかき回す、一番厄介なタイプ。ヘタに関わると、関係ない友達とまでトラブるハメになるかも…!?

④自分で何もしない
女同士でいても自分が姫になって甘えてくるタイプ。パシられるのが嫌なら「私はあなたの彼氏じゃない！」と主張すべし。

地雷女にご注意を！

女友達みたく気軽に話せる

男友達の作り方&つき合い方

男のコの遊びが好きだから普通に会話で盛り上がる★

会話の内容は主にパチンコやポーカーの話(笑)。つき合いで大事なのは甘えないことと、女を出さないこと！ 写真の荒木りょういちくんは友達の友達で知り合って早5年。何でも話せるし笑いのツボもめっちゃ合う(杉山佳那恵)。

お姉さんたちの

お悩み解消アドバイス

「大事なのは笑顔！ 相手も安心するし、心の距離も縮まる」(加賀美早紀)など、役立つ実例をご紹介★

知り合い以上になれない人にオススメの方法★

その1 **自分から心を開く**
「仲良くなりたいコには自分から行く。不安になるときもあるけど、意外と相手は気にしてないもんだよ」(早川沙世)。

その2 **相手のペースに合わせる**
「自分からは行けないけど誘われたら断らない✧ あと相手の個性的な部分も受け入れてあげる」(青木りえさん)。

その3 **見栄を張らない**
「人のカッコいい部分なんて2割。そこだけで勝負しようとすると、ウソも生まれるし微妙な友情になる」(MERIさん)

人と話すのが苦手な人にオススメの方法★

その1 **聞き役に回る**
「『それかわいー、どこの？』とか簡単な会話から広げてこ 相手のことを知るうちに話しやすくなる」(美咲さん)。

その2 **共通点を探してみる**
相手に興味を持つことが友情を深める一歩にも♥ 「出身地や小さなことでも共通点があると◎✧」(真優川咲さん)。

その3 **大人数で遊んでみる**
「2人だと気まずい…」という人に★ 「自分が話ベタでも盛り上がるし、自然と友達の輪も広がる」(水野祐香さん)。

出会いがない人にオススメの方法★

その1 **習い事を始めてみる**
共通の話題が多い分仲良くなりやすい。通うのは子供でもOK♥ けいこさんも保育園でステキなママ友をGET

その2 **SNSを利用してみる**
共通点を持つ人を手軽に探しやすい！ 「mixiのハーフコミュでハーフの友達が増えた」(MERIさん)という好例も。

その3 **行きつけのお店を作る**
酒でも美容でもジャンルは何でもOK。下のコーナーの牧内さんのように、スタッフさんと仲良くなった人も多いよ★

友達がいる人もおさらいしておきたい

良い友達関係を築くための10カ条

1 友情はギブアンドテイクと考える
相手に求めてばかりじゃダメ。見返りを求めずに相手を大事にできる関係を目指してみよう✧

2 まずは信用してみる
自分が警戒すれば相手も警戒するから、お互いに心を開けない！ 失敗してもメゲずに次にいこう★

3 対等な目線で接する
真の友情に心の上下関係はナシ 相手を見下すのはもちろん、自分が卑屈になるのも良くないよ！

4 相手を尊敬する
尊敬できる部分を探すこと＝自分を高めるきっかけに。刺激し合い成長し合える最高のライバルに♥

5 価値観の違いを認める
共感し合う部分があっても、違う人間であることを忘れずに★ 意見が合わない部分も受け入れて

6 相手に甘え過ぎない
ツライときは甘えていいけど、「友達＝何をしてもいい存在」と思うべからず。重いと思われるよ！

7 ウソをつかない
友情を壊す一番の爆弾！ 見栄や虚勢といった小さなウソもプライドの壁を生み出すのでやめよう。

8 自分にムリをしない
頑張りすぎないことも大切♥ できない約束はしない。ムリなときは最初に言うのが大人のマナー

9 自分から行動する
遠慮せずぐいぐい行けるのも友達の特権★ お誘いでもLINEでも、相手を楽しませる気持ちで接して♥

10 焦らずに時間をかける
合うコとは自然と仲良くなれるから大丈夫。一時のブームみたいなつき合い方だけは絶対やめよう！

Saki & Rina & Misato

専属モデル
(30歳／東京都)
独身・子供なし
加賀美早紀

[上]①りな②だいぶ昔③六本木ドンキ前④元マネージャー⑤見た目ギャルだけどあったかくてやさしい✧[下]①みさと②4年③六本木のバー④話しかけてくれた⑤落ち着いてる♥

Misaki & Nao

今 / 昔

ViVianカラコンアドバイザー
(31歳／東京都)
独身・子供なし
美咲さん

①なお②10年③北海道時代の職場④共通の友達⑤タフでアクティブで面倒見がいい。今はお互い東京だからよく遊ぶ 変顔ばっかするからマトモな写真探すのに苦労した(笑)。

Aimi & Minami

mixiで出会って
今は仕事仲間★
同じママとしても尊敬

RUNWAY channelブロガー(28歳 千葉県)
バツイチ独身・息子2人
鈴木愛美さん

①みーちゃん②2年③mixiと雑誌『I LOVE mama』の撮影④運命。ビジネス面においてもママとしてもいろんな面で似た匂いを感じた♥⑤顔。フンワリした愛美にはない性格。優しい。経営者としてもカッコいい✧

Meri & Yu-ka

主婦＆TOKYO
NADESHIKOブロガー
(35歳／東京都)
既婚・子供なし
MERIさん

ライター＆TOKYO
NADESHIKOブロガー
(35歳／東京都)
既婚・子供なし
水野祐香さん

①Ⓜ祐香／㊗MERI②14年③eggの撮影④当時、祐香がバイトしてたバーにMERIが遊びに行ったこと⑤Ⓜいつも正面から向き合ってくれるソウルメイト／㊗パッションと絶妙な言葉のチョイス。頭の回転が速い

Kasumi & Chinamin

昔 / 今

ミレッツプランニング代表取締役(28歳／東京都)
独身・子供なし
金本かすみさん

①ちなみん②5年くらい③逗子フェスティバル④出会った当時はかなりのパーティー好きで、よく一緒に飲み歩いてた(笑)⑤仕事の話もできるし、お互いタイプは違うけど深く意思疎通できる✧

姉ageha史上初付録!!

rienda × 姉ageha コラボ

シフォンフラワー付きトートバッグ

姉ageha初の付録はお姉さんたちが大好きなriendaとのコラボ！
春らしいショッキングピンクと、ふわっと揺れるお花がおしゃれ♡　マチのない
作りだから、かさばらずに持ちやすいし、折りたたんでエコバッグとして
持ち歩くのも良し！　毎日でも使えるほど便利だよ♡

PHOTO_Mamoru Morikawa [MODEL], Ryuzaburo Tabata [ITEM]
HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto　**MODEL**_Kanae Sugiyama
EDIT&TEXT_Haruka Noda

おしゃれな
ロゴがさりげなくて
大人っぽい♡

＼姉agehaが
すっぽり入る大きさ♥／

I'm crazy
for you

ワンピース¥7,250、肩からかけたカーディガン¥6,500、ピアス¥2,000、サンダル¥11,500／すべてriendo（バロックジャパンリミテッド）

PHOTO_Kazuhisa Niitsuma HAIR_Takemasa
EDIT&TEXT_Mai Komuro, Asuka Ueno

4～5月は触りたくなる 個性派を楽しむ♥

お砂糖、ビジューにデカパール✧

NEO触感ネイル♥

もうすぐ新緑の季節だけど、夏にはまだ早い微妙な時季 その分、いつもと違ったネイルにチャレンジするのにちょうどいい そこで今回は、ザラザラ、プチプチ、モコモコといった見た目に触感をオンした面白ネイルをご紹介♥

触りたくなる指先は女の子だけの特権♥

思わずパクリ!? プチプチガーリーキャビア♥

お菓子みたいなプチプチ感とスタッズパーツが遊び心を刺激 クリアで抜いた♥の周りもキャビアで縁取ってるよ
¥8,700 120分

マット × ボールパールでシックな装いに変身♥

艶消しネイルにパールの光沢感をミックス✧ ブルーとクリアベースの爽やかな色合いで初夏の気分を先取り♪
¥9,200 90分

E-Nail Café
滋賀県湖南市梅影町
3-13
☎090-6984-1949
http://ameblo.jp/piece-rira-nail/

私も通ってます♥

専属モデル
(31歳／滋賀県)
既婚・息子1人・娘2人
けいこ

チェック × パール × デニム 最強コラボミックス♥

夏に向けて、注目度No.1のデニムネイルとザラザラ感を合わせた欲張りなデザイン ボールパールとチェックで甘さもプラス♥ ¥9,990 120分

TRU NAIL 渋谷店
東京都渋谷区神南
1-20-12 遠山ビル 6F
☎03-6416-9709
http://trunail.jp

PICK UP♥

ベロアのモコモコが初めての手触り♥

ベロアのような質感に仕上がるパウダーを使ってるよ ピンク×ホワイトの王道ガーリーカラーにはパールが相性抜群♥ ¥9,990 180分

デカビジュー × シュガーでトレンド春ネイル♥

ベースはクリア感のあるホワイト、イエロー、パープル。花柄ネイル以外は粗いグリッターでコーティングしてザラザラ仕上げ✧ ¥9,000 90分

触って欲しい 3D フラワー♥

咲が着用♥

立体感をプラスした3Dのお花の下は、シースルーネイルでシンプルに。ビジューと花のパーツは根元にワンポイントで♥
¥9,200 120分

私も通ってます♥

ヨガインストラクター
(29歳／東京都) 独身・子供なし
真優川 咲さん

CARRY 渋谷店
東京都渋谷区道玄坂
2-25-9
ロマーネ 80-3F
☎03-5784-9115
http://shop-carry.com/

私も通ってます♥

専属モデル
(30歳／東京都) 独身・子供なし
加賀美早紀

大人気すぎて再びコラボしました!!

桜井莉菜×DaTuRa

コラボビジューアイテム第2弾!!

前号で発表した桜井莉菜×DaTuRaのコラボニットが激売れ!!　その勢いに乗って、早くもコラボ第2弾が発売されます♥　今回も、莉菜こだわりのシルエットやデザインが皆さんのツボをつくこと間違いなしです✧

PHOTO_Junji Moroi (ROOSTER)　STYLING_Mizuki Nakano　HAIR&MAKE_Jungen Iwamoto　MODEL_Rina Sakurai　EDIT&TEXT_Marika Koizumi　THANKS_EASE

コラボアイテム1

オールインワン

POINT 1

たっぷりビジュー✧

胸元にはビジューを♥　谷間がキレイに見えるように、センターに多く散らしたのもポイント。

POINT 2

脚長効果を狙います♥

高い位置に切り替えを持ってくることで、脚が長く見えて自然にスタイルアップできます。

POINT 3

サルエルで楽ちん♥

楽すぎて、ずっと好きなサルエル♥ ゆるっと着られるのにシルエットがキレイだからラフすぎない✧

普段はこんなふうにコーデしてます♥

さっそうとバカンスに行くときはこんな感じ♥

帽子とバッグはDaTuRaのアイテム。クリアパンプスを合わせて爽やかに✧

ビジューオールインワン¥8,900、ヘアクリップ¥1,900／ともにDaTuRa渋谷109店　サンダル／モデル私物

コラボアイテム2

セットアップ

POINT 1

豪華なビジュー使い♥

こちらも胸元にビジューがいっぱい✧　いろんなサイズのビジューをMIXさせました♥

POINT 2

ペプラムで美ライン♪

シルエットがキレイに見えるペプラム。ウエストが細く見えるよう、お腹の部分の生地は薄め♥

POINT 3

すそにもビジューをON

スカートのすそにもビジューを散らしてキラキラに✧　一気に華やかなスタイルになります♪

ちょっとしたパーティーに着ていきたいコーデ♥

普段はこんなふうにコーデしてます♥

カーデとネックレスはDaTuRaの物。キラキラのビジューつきパンプスを合わせて華やかなコーデにしたよ。

デコレーションベアペプラムトップス¥5,500、デコレーションスカート¥5,500／ともにDaTuRa渋谷109店　ピアス、サンダル／ともにモデル私物

姉ageha 5月号

PUBLISHER
谷 光正

ADVERTISING MANAGERS
阿久津好治、小山田憲生、長田幸恵、今井健太

CHIEF EDITOR
後藤文江

SECRETARY
北村幸子

EDITOR
栗山アンナ

DESIGNERS
澤田むつみ、近藤彩子、市原茂幸、高橋奈々絵(meets)、slash、神田秀樹、竹内良太、Ark design、midoriya、fish、ems、八幡晶子、鈴木麻衣子

［お問い合わせ］
広告／03-6265-8581　編集／03-6265-8583　info@mediasjp.com

発行／medias株式会社
〒156-0042　東京都世田谷区羽根木1-21-1

発売／株式会社主婦の友社
〒101-8911　東京都千代田区神田駿河台2-9

発売日／2015年4月7日

※本誌内の価格表示は、断りのある場合を除き、すべて税抜の本体価格となります。

買っていただきまして ありがとう ございました♥

梅雨が明けたら夏休み♥

次号は2015年 6/5(金) 発売です♥

♥撮影協力店リスト♥

あ

R&E
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B1F
03-3477-5016

Avan Lily【バロックジャパンリミテッド】
東京都目黒区青葉台4-7-7 青葉台ヒルズ4F
03-6730-9191

イヴ・サンローラン・ボーテ
03-6911-8563

イケア・ジャパン
0570-01-3900

ヴァンズ ジャパン
03-3476-5624

unico 代官山店
東京都渋谷区恵比寿西1-34-23
03-3477-2205

EGOIST ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3358-3570

ESPERANZA ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3341-6150

Ober Tashe 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-6F
03-3477-5023

お世話や
03-5358-1448
http://www.osewaya.jp/

か

GALSTAR
06-6214-3503
http://www.galstar.jp/

Qoo
東京都渋谷区神宮前4-3-15 東京セントラル表参道515
03-6804-2201

Grandedge 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-3F
03-3477-5081

GRL
06-6532-2211
http://www.grail.bz/

コーセー
0120-526-311

コージー本舗
03-3842-0226

コンバースインフォメーションセンター
0120-819-217

さ

ZARA HOME
03-3462-2133

資生堂お問い合せ先
0120-30-4710

シャルロット
03-3476-5699

ジュジュエッタ
0120-819-251

ジョワナリエ ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿4F
03-3351-8020

JINS
0120-588-418

SPIRALGIRL
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-B2F
03-5489-0407

ＳＬＹ【バロックジャパンリミテッド】
東京都目黒区青葉台4-7-7 青葉台ヒルズ5F
03-6730-9191

THREE
0120-898-003

セシルマクビー ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3352-3661

た

ダイアナ 銀座本店
東京都中央区銀座6-9-6
03-3573-4005

DaTuRa 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-2F
03-3477-5059

Delyle NOIR 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-4F
03-3477-5053

DURAS
東京都渋谷区千駄ヶ谷4-12-9 ブルースカイ千駄ヶ谷1F
03-5772-6316

Doll Kiss 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-3F
03-3477-5139

トコ パシフィック
東京都港区南青山3-18-17
03-5411-0589

な

ヌオーヴォ
03-3476-5629

は

POOLSIDE ルミネエスト新宿店
東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト新宿B1F
03-3352-0077

Flying Tiger Copenhagen
03-6804-5723

ブラウンシュガーファースト
0120-911-909

FLAG-J 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-2F
03-3477-5052

Francfranc
0120-500-924

プリシラ
078-671-6722

ま

M・A・C(メイクアップ アート コスメティックス)
03-5251-3541

MIIA
03-6826-8651

ら

rienda【バロックジャパンリミテッド】
東京都目黒区青葉台4-7-7 青葉台ヒルズ2F
03-6730-9191

RESEXXY 渋谷109店
東京都渋谷区道玄坂2-29-1 渋谷109-7F
03-3477-5098

LIP SERVICE
03-6433-5785

ROYAL PARTY
東京都渋谷区道玄坂1-16-5 大下ビル5F
03-6825-9595

RCWB【バロックジャパンリミテッド】
東京都目黒区青葉台4-7-7 青葉台ヒルズ2F
03-6730-9191

わ

one way
東京都渋谷区千駄ヶ谷3-53-3
03-5474-1211

姉agehaを一緒に作ってみませんか？

姉agehaアルバイト募集!!

募集内容

☆職務概要／「姉ageha」の編集業務アシスタント。
☆雇用形態／アルバイト（試用期間あり）
☆給与／日給制、応相談（交通費別途実費支給）
☆出勤日数／月6～8日程度
☆勤務地／東京都世田谷区
☆応募条件／要普通運転免許、年齢・経験は問いません。20～30代の男女が活躍している職場です。
☆応募方法／履歴書（写真貼付）と職務経歴書（経験者のみ）を郵送ください。書類選考の上、合格者のみ面接日をお知らせします。（応募書類は返却致しません）

応募先

〒156-0042
東京都世田谷区羽根木 1-21-1 亀甲新は 66
medias 株式会社
姉 ageha 編集部 アルバイト募集係

●問い合わせ先／ 03-6265-8583
●応募締め切り／ 2015 年 5 月 8 日（金）必着

※ご応募いただく個人情報は採用業務にのみ利用し、他の目的での利用や第三者への譲渡・開示をすることはありません。

RIVALAND

春、綺麗になって褒められたい

お嬢様 beauty & health 酵素 KOUSO × 姉ageha

LOVE & BEAUTY

限定特別セット

お申込みは、このハガキからが一番お得!

送料無料

お嬢様酵素に混ぜておいしい!

NEW

まぜまぜアロエ
3包

お嬢様酵素
720ml

＋

まぜまぜアロエで
スペシャルドリンクに
大変身!

太陽をひとり占めして美容成分をたっぷり抱えて育った
アロエベラの葉肉を食べやすくカットして、
ダイエットシュガーとして話題の希少糖の
甘味ベールで美味しく纏いました。
お嬢様酵素単独でもフルーティでおいしいけど
アロエのつぶつぶが入ると全く別物!

通常 5,130円(税込)を 今回に限り

送料無料 **3,990円**(税込) ＋

1本ご購入につき
「まぜまぜアロエ」
3包をプレゼント!

株式会社リバランド 〒510-0218 三重県鈴鹿市野町西３丁目1-6

キリトリ線

こちらより切り取ってください。

こちらより切り取ってください。

キリトリ線

郵便はがき

料金受取人払郵便

白子局
承認

2220

差出有効期間
平成28年7月
10日まで
（切手不要）

5100290

三重県鈴鹿市野町西3丁目1-6
株式会社 リバランド

『お嬢様酵素×姉ageha特別セット』係

フリガナ（必須） お名前
ご住所
お電話番号（必ずご記入ください） ー ー
メールアドレス

●ハガキ投函後約7～10日後の発送となります　※ご変更点がある場合は空白にご記入ください
●お支払方法は、お届け商品に請求書を同梱する安心・簡単なコンビニ支払でお願いしております。

お嬢様酵素720ml 通常価格5,130円（税込）のところ

キャンペーン価格 3,990円（税込）『送料無料』

＋1本ご購入につき「まぜまぜアロエ3包」プレゼント!

ご注文数量　　本

ダブルチャンス! 今回3本以上のご注文でさらに ダイエットスープパスタ6食分をプレゼント!（約2,000円相当）

POST CARD

52円切手を
貼ってください

156-0042

東京都世田谷区羽根木1-21-1 亀甲新は66
メディアス株式会社

お姉さんアゲハ 2015年5月号 行き

希望プレゼント番号1 （　　　）
希望プレゼント番号2 （　　　）
希望プレゼント番号3 （　　　）

VAMPSライヴご招待に
☐ 応募する
☐ 応募しない

フリガナ

お名前

ご住所 〒

TEL

電話取材 OK NG

MAIL

姉agehaからメルマガを配信しても OK NG

年齢

歳

未婚 既婚

ご職業（業種を詳しく教えてください）

あなたの家族構成は？

1. 親と同居 2. 一人暮らし 3. 夫と同居 4. 夫・子供と同居 5. 彼氏と同居 6. その他（　　　）

表紙で気になった企画とその理由を教えて下さい。（複数回答可）

今回、この雑誌を購入いただいた理由を教えてください。
（例：表紙のモデルがかわいかったから／昔好きだったモデルが出ているから／○○の企画が気になったなど）

ご記入いただいた個人情報は外部に提供することはございません。

Q1 本号で良かった企画とその理由を3つ教えてください

企画名	企画名	企画名
理由	理由	理由

Q2 本号に出ているモデルであなたが好きな人を3人あげてください

さん	さん	さん
理由	理由	理由

Q3 本号で好きな写真とその理由を教えてください

P.

Q4 本号で好きなコーデとその理由を教えてください

P.

Q5 好きな雑誌、よく読む雑誌をすべて教えてください

Q6 好きな有名人（タレント・モデル・ブロガー etc）を教えてください（何人でも可）

Q7 あなたが1カ月で自分の好きなことに自由に使えるお金（洋服代、コスメ代、エステ代などすべて合わせて）はいくらまでですか？　（　　　　　　　）円

Q8 最近買って、「買ってよかった！」と思った物はなんですか？（洋服、コスメ、電化製品、車など何でも）

Q9 アンチエイジング対策として普段使用しているあなたのお気に入りアイテム（器具・コスメ etc）を教えてください。（複数回答可）

Q10 好きなファッションブランドは何ですか？（複数回答可）

Q11 クリニック施術で受けたことがあるものは？ また興味があるものは？

最後に、ご意見、ご要望、ご感想などをお聞かせください。
悩みがある方は、悩みも思う存分書いてみてください❤

この度は、この雑誌をご購入いただきまして本当にありがとうございました❤